

ཚུལ་ཁྲིམས་དང་གསང་སྒྲགས་ལྷན་ཁྲིམས་ལྟུ་

བཅས་ཀྱི་ནམ་བཤད།



མཛད་པ་པོ། རྒྱལ་བཟང་ཐུགས་པ།  
ཡེ་ཤེས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་ལྷན་གྱི་ཁང་།

༡༡། ། རྒྱལ་བྱིས་པ་དང་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་བུ།

ཐུ་མ་ཐུ་བུ་བའི་ནམ་བུ།

བཅས་བཞུགས་སོ། །



མཛད་པ་སོ། རྒྱལ་བཟང་གྲགས་པ།  
མཛད་པ་སོ། རྒྱལ་བཟང་གྲགས་པ།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱི་འཇུག་

SJRB-0186

ཞེ་དགེ་ཞི་བ་པར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཞུ་སྤྱོད་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱིས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲུལ་སྤྱོད་བྱས།

༡༠༡༣ ལོའི་ཟླ་ལྔ་པར་ཚུལ་སྤྱོད་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱུང་།

[www.serajeyrigzodchenmo.org](http://www.serajeyrigzodchenmo.org)

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱུང་།

[serajeyrigzodchenmo@gmail.com](mailto:serajeyrigzodchenmo@gmail.com)

དཔེ་སྤྱོད་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྤྱོད་པ།

པར་སྤྱོད་ཀྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་ཡོད།

# དཀར་ཆག

རོ་ཐོད་མདོར་བཅུས། .....	iii
ཞུ་ཐོག་པའི་གསལ་བཤད། .....	ix
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ། .....	༡
གསང་སྤགས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྟེ་མ། .....	༣༡༥
ཁྲ་མ་ཐུ་བཅུ་པའི་ནམ་བཤད་སྟོབ་མའི་རེ་བ་ཀྱན་སྟོང་། .....	༣༥༩
པར་བྱང་སྟོན་ཆོག་ .....	༤༡༠



## དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུན།

ཆེ་ཙམ་ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ། རི་པོ་དགེ་ལྷན་པའི་ཆོས་བརྒྱད་སྒོལ་གཏོད་མཁན་དང་། དགའ་  
ལྷན་ཁྲི་རབས་དང་པོ་ཡིན། བོད་མདོ་ཁམས་སྤྲད་ཀྱི་ཙམ་ཁའི་ཡུལ་དུ་ཡབ་སྐུ་འབྱུང་དགེ་དང་།  
ཡུམ་ཤིང་བཟའ་ཨ་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་དྲུག་པའི་མེ་བྱ་༡༣༥༧ལོར་སྐྱུ་འབྱུངས།

དགྲུང་ལོ་གསུམ་པར་ཆེ་ཀམ་རོལ་པའི་རྩོམ་ཆེའི་བྱང་ནས་དགེ་བསྐྱེན་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་བཞེས་ཏེ་  
མཆན་ཀྱན་དགའ་སྤྱིང་པོ་ཞེས་གསོལ། དགྲུང་ལོ་ཆུང་དུའི་སྐབས་ནས་ཆོས་ཆེ་དོན་གྲུབ་རིན་  
ཆེན་གྱིས་བདག་སྦྱོང་གནང་སྟེ་གསང་སྤྲུགས་རྩོམ་ཆེ་ཐེག་པའི་དབང་བསྐྱར་བར་མཛད། གསང་  
མཆན་དོན་ཡོད་རྩོམ་ཞེས་བཏགས། དགྲུང་ལོ་བདུན་ཀྱི་སྐབས་ཆོས་ཆེ་དོན་གྲུབ་རིན་ཆེན་གྱིས་  
མཁན་པོ་དང་། གཞོན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་པས་སྒོལ་དཔོན་མཛད་དེ་དགེ་ཆུལ་གྱི་སྒྲོམ་པ་བཞེས་ཏེ་  
མཆན་སྒོ་བཟང་གྲགས་པར་གསོལ།

དགྲུང་གངས་བརྒྱ་བདུན་ཆུ་མྱང་༡༣༧༣ལོར་མདོ་སྤྲད་ནས་དབུས་སུ་ཕྱོན་ཏེ་འཕྲི་གུང་  
མཐིལ་དུ་ཕེབས། སྤྱན་སྲ་བ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་མཛལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་  
དང་། བྱག་ཆེན་ལྷ་ལྷན་ལ་སོགས་པ་གསན། ཆལ་གྱི་སྤྱན་པ་དཀོན་མཆོག་སྐུབས་ཀྱི་བྱང་ནས་  
སྤྱན་དབྱེད་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་གཞུང་ལ་སྦྱངས་པ་མཛད།

དེ་ནས་ཆོས་བྱ་ཆེན་པོ་བདེ་བ་ཅན་༼དུ་མོད་དཀོན་པ༽འུ་ཕྱོན་ནས་སྟེ་ཐང་པ་བཟ་ཤིས་སེང་  
གོ་དང་གདན་ས་བ་དགེ་བསྐྱོངས་པ་གཉི་ག་ལ་ཆོས་འབྲེལ་གསན། དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གི་  
སྐབས་གཙང་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་ནས་ཉ་དཔོན་ཀྱན་དགའ་དཔལ་དང་ཆེ་བཙན་རེད་མདའ་བ་  
གཞོན་ཏུ་སྒོ་བྲོས་སོགས་ལས་དབྱུ་པར་འདུལ་མདོན་ཆད་མ་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་གསན་སྦྱོང་།

མཛད། བོད་འཕགས་སུ་བྲམ་སྐྱོར་མཛད། དགྲའ་ལོ་ཉིར་བཞིའི་སྐབས་ཅིང་ཐང་གི་བྲམ་སྐྱོར་ཆར་  
ནས། ཡར་ལུང་ནས་རྒྱལ་དུ། ཁ་ཆེའི་བཞེ་ཏ་ཤུ་ལྷེ་ཟླ་བའི་མཁན་བརྒྱད། ཆོགས་ཆེན་པོའི་  
མཁན་པོ། དཀའ་བཞི་བ་རྩལ་རེན་པས་མཁན་པོ་མཛད། ཆོགས་པ་བྱེ་རྩེར་པའི་མཁན་པོ་གནས་  
བརྟན་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཤེར་མགོན་པས་ལས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་མཛད། བྱེ་རྩེར་པའི་དབུ་མཛད་  
སྟོན་བཙུན་བསོད་ནམས་རྩོམ་གསལ་སྟེ་སྟོན་པ་མཛད་ཅིང་། ཆོགས་པ་གཉིས་ཀྱི་དགེ་སློང་ཁ་  
སྐྱོར་དུ་འོས་པ་གངས་ཆང་བས་དད་པའི་དགེ་འདུན་མཛད་ནས་བརྟེན་པར་རྩོགས་པའི་སྟོན་པ་  
ཡང་དག་པར་བཞེས།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་ལྷའི་སྐབས་སྐྱ་མ་དབུ་མ་བ་དང་ལྷན་དུ་དབུས་སུ་ཕེབས་ནས་དགའ་གདོང་  
དང་སྐྱོར་མོ་ལུང་སོགས་སུ་འཆད་ཉན་སྟོན་སྐྱབ་མཛད།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་བདུན་སྐབས་སྟོ་ཁ་ཡར་ལུང་དུ་ཕེབས། ཅིང་ཐང་གི་ཆོས་གྲར་བཞུགས་ཏེ་  
དཀའ་ཆེན་བཞིའི་བྲམ་སྐྱོར་མཛད། ལྷན་སྡེ་གསལ་བ་བྱང་རྩལ་གྱི་བྱང་དུ་ཆོས་བཀའ་གསན་ནས་  
སྟོ་གཤམ་དུ་བཞུགས།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་དགྲའི་སྐབས་ལྷ་སར་ཕེབས། ཆལ་གྲུང་ཐང་དུ་བཀའ་འགྲུའ་ཞིབ་གཞིགས་  
མཛད། དེ་ནས་སྐྱོར་མོ་ལུང་དང་། སྟོད་ལུང་མཆོ་སྐད། ངང་དཀར་སོགས་སུ་དུས་འཁོར་ཐུགས་  
སྐྱོར་མཛད་ཅིང་སྟོ་གསལ་མང་པོར་སྟེ་སྟོད་མང་དུ་གསུངས། དགྲའ་ལོ་སོ་གཉིས་པ་ལ་བརྟན་  
བཙུན་མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་བ་ལེགས་བཤད་གསེར་ཐེང་བཀའ་ཚུལ་མཛད། དགྲའ་  
གངས་སོ་བྲལ་པའི་རྒྱ་བ་བརྩུ་བར་དངོས་སློབ་འཁོར་དག་པ་ནས་བརྒྱད་ཕྱག་ཕྱིར་ཁྱིད་དེ་སྐྱོར་མོ་  
ལུང་ནས་སྟོ་ཁ་ཡལ་ཁར་བྱ་བལ་དུ་ཕེབས་ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོར་གནང་།

རྒྱ་བྱ་༡༩༤༣ལོར་འོལ་ཁ་རྩེར་བྱའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་རྒྱལ་བ་བྲམས་པའི་སྐུ་ཞིག་གསོ་  
མཛད། དེ་ནི་རྩེ་ཙོང་ཁ་པའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲལ་ཞིག་ཡིན། དགྲའ་ལོ་སུམ་ཅུ་སོ་དགུ་ལ་སྟོ་  
གཤམ་དུ་ཕེབས་ཏེ་མཁན་ཆེན་ཕྱག་རྒྱུ་རྩེར་བ་ནས་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྱང་ནས་ལམ་རིམ་ཐབས་ཁྱིད་  
སོགས་གསལ། དེའི་ལོར་གཉལ་སྟོད་གསལ་རྩེ་དང་། གཉལ་སྟོད་རབ་ཐོང་དུ་དཀའ་བརྩའི་བྲམ་སྐྱོར་

མཛད། སྤྱི་པོའི་ཚོགས་ནམས་བསྟེན་གནས་དང་སྐྱབས་འགྲོའི་སྟོན་པ་ལ་སྦྱར་ཞིང་། རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་  
བྱལ་བསྟར་ནས་སེར་སྤྱིའི་ཚོགས་ནམས་བསྐྱལ་ནས་ཆོ་ཆོ་འབྱུང་ཐེར་མང་པོ་བཏབ་ཅིང་། བྱིས་  
ཀྱང་ཚུལ་དེ་ཉིད་སྦྱབ་པ་ལ་སྦྱོར་བར་མཛད། དེ་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་ཆེན་པོའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་  
ཞིག་ཏུ་བརྩི་བ་ཡིན། དེ་ནས་གཉལ་སྟོད་སྤྱད་ཏུ་བསྟན་འགྲོའི་དོན་མཛད་པའི་སྐབས་དཀའ་བརྩུ་བ་  
དར་མ་རིན་ཆེན་རྗེའི་བྱང་ཏུ་ཕེབས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཆོས་རྗེ་དར་མ་རིན་ཆེན་རྗེའི་སྤྱི་ཀྱི་བྱ་  
པོར་གྱུར།

དགྲའ་ལོ་ཞེ་ལུ་པའི་སྐབས་རྗེ་རེད་མདའ་བ་ཆེན་པོ་དང་སྟན་ཏུ་འབྱི་གྲང་ནས་དུ་སྤྱོད་ཏུ་  
བྱོན། དེ་ནས་རྗེ་བཙུན་ཡབ་སྐུ་གཉིས་དང་། ལོ་རྩ་བ་སྐྱབས་མཆོག་དཔལ་གསུམ་གནས་ཅིང་  
ཐེང་ཏུ་ཨར་ཆེན་པོ་བྱང་ཚུབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཏུ་ཞལ་མདོན་པར་འདྲོམས་ཤིང་།  
དབྱར་གནས་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ་འདུལ་བའི་བྱལ་ལེན་ནམ་པར་དག་པའི་སྟོལ་ལེགས་པར་  
བཙུགས། དགྲའ་ལོ་ཞེ་བྱལ་གྱི་སྐབས་དུ་སྤྱོད་ཏུ་ཕེབས། ལོ་ཆེན་སྐབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་  
སོགས་ཆེ་གྱུ་དུ་མས་ནན་ཆེར་བསྐྱལ་བར་བརྟེན་བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་བཀའ་ཚུམ་མཛད།

དགྲའ་ལོ་ཞེ་དགྲའི་སྐབས་བདེ་ཆེན་གསང་སྟགས་མཁར་རྩྭ་ཤས་བཞུགས་ནས་འོ་མ་  
དགའ་བྱམས་སྤྱིང་ཏུ་ཕེབས་ཏེ་དོན་གཉེར་ཅན་མང་པོར་ལམ་རིམ་གྱི་ཆོས་གསུངས། སྟོབ་དཔོན་  
ལྷ་བྱང་གི་ནམ་གཞག་གི་ཁྲིམ་དང་། སྟགས་རིམ་ཆེན་མོ་བརྩམས།

དགྲའ་བྱངས་ང་གཅིག་གི་སྐབས་མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་ལ་རྗེ་བཙུན་རེད་  
མདའ་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱལ་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་རྗེའི་སྟན་པ་གསན་པས་དབྱུས་སུ་བྱོན་ནས་སེ་  
ར་ཆོས་སྤྱངས་སུ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེར་ཐོག་མར་མཛུམ། གཞུང་དོན་གྱི་དཀའ་གནད་དག་ལ་དོགས་  
འདྲི་སོགས་ཞུས་པས། རྗེ་ཉིད་སྟགས་ཤིན་ཏུ་དབྱེས་པས་རྗེ་རྗེ་འདིགས་བྱེད་སྟོན་གསུམ་མའི་  
དབང་དང་རྒྱ་དེ་རྟོགས་བདུན་སོགས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་གནང་།  
རྗེའི་སྟགས་སྤྱི་ཀྱི་གཙོ་པོར་གྱུར།

ལོ་དེར་སེ་ར་ཆོས་སྤྱངས་སུ་བཞུགས་ན་བར་ཆད་ཀྱི་ནམ་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་སྤྱང་བས་དངོས་



སློབ་གྲང་རུ་རྒྱལ་མཚན་བཟང་པོ་སོགས་བཞེས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཞལ་ཏེ་གནང་ནས། མཚན་མོ་  
ཞིག་གཞན་གྱིས་མ་ཆོང་བར་ར་ཁ་བྲག་ཏུ་བྱོན་ནས་སྐྱུ་མཚམས་མཛད། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་གྱིས་དབུ་སེམས་གྱི་ལྟ་བའི་གནད་ནམས་གསུངས་ནས། ད་འདི་ནམས་གྱི་དོན་བསྐྱེས་པ་  
ཞིག་ཡི་གེར་གྱིས་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་དང་དེས་པའི་དོན་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་  
བསྟན་བཅས་ལེགས་བཤད་སྙིང་པོ་བཀའ་ཚུལ་མཛད། སེར་ཆོས་སྤྲིངས་སུ་ཅ་ཤེད་ནམ་བཤད་  
ཆེན་མོ་མཛད།

ས་གྱི་ལོ་བོད་ཆེ་བཙུ་གཉིས་པའི་སྤང་ལ་ལྟ་སར་བྱལ་ཐེབས། གནས་གང་གི་ཉིན་སྟན་  
གསན་འཕེབས་པའི་མཆོད་པ་མཛད། དགེ་འདུན་སྙོང་ལྷག་བརྒྱད་ཅམ་བྱང་ཞིང་། དགྲང་ལོ་ང་  
གསུམ་པ་ས་སྤང་༡༩༠༩ལོའི་བོད་ཆེ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཅོ་ལྔའི་བར་དུ་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་  
ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་གྱི་མཆོད་པ་དངོས་གཞི་མཛད། དུས་དེ་ནས་ལྟ་ལྟ་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་ལམ་ཆེན་  
མོའི་སློབ་ཆགས། དེ་ནི་རྗེ་ལོ་ཆེད་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲལ་ཞིག་ཡིན། རྗེ་བོ་མི་བསྐྱོད་པ་  
དང་བཙུ་གཅིག་ཞལ་ལ་དདུལ་བཟང་པོ་ལས་བྱས་པའི་དབུ་རྒྱན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱལ། ལོ་  
དེར་འཕྲོག་རི་བོ་དགེ་ལྡན་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྲིང་བྲག་བཏབ།

ལྷགས་ལོས་༡༩༡༡ལོར་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་མཛད། དགྲང་ལོ་ང་བདུན་༡༩༡༣ལོར་སྐྱུ་  
ཁམས་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱིས་སྐྱབ་ཕྱོགས་དང་མཉམ་དུ་སྐྱུ་མཚམས་སུ་བཞུགས། དགྲང་ལོ་ང་བརྒྱད་  
ཤིང་༡༩༡༩མི་དབང་བྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་འོན་བཟ་ཤིས་དོ་ཁར་གདན་བྱངས། སྤེ་སྟོད་  
འཛིན་པ་མང་པོར་ལམ་རིམ་དང་དབུ་ཆད་སོགས་ཟབ་རྒྱས་གྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོད། ལྷགས་  
དེར་རྒྱལ་མཚན་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་དང་མཇལ་ཞིང་རྗེས་སུ་བཟུང་། དེ་ནས་སྤྲར་ཡང་གདན་ས་  
ཆེན་པོ་དགའ་ལྡན་དུ་ཐེབས་ནས་གསར་འདུས་ཅ་རྒྱུད་གྱི་འབྲེལ་བ་བཞི་སྐྱགས་སུ་གྲགས་པ་དེ་  
དང་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་ལུ་ཉི་པའི་རྟེན་ཆེན་མོ་སོགས་མཛད།

དགྲང་ལོ་ང་དགྲུ་ཤིང་ལྷག་༡༩༡༥ལོར་དགའ་ལྡན་ཡངས་པ་ཅན་གཙུག་ཁང་རྟེན་དང་  
བརྟེན་པ་བཅས་གསར་བཞེངས་གྱིས་དགའ་ལྡན་དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་མཆོད་གསར་འཛུགས་

མཛད། དེ་ནི་རྩེ་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན། དགྲུང་ལོ་རེ་གཅིག་༡༩༡༨ལོ་  
དགའ་ལྷན་ཡངས་པ་ཅན་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་བྱུང་བའི་རབ་གནས་མཛད། དགྲུང་ལོ་རེ་  
གཉིས་༡༩༡༩ལོར་དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་དགོངས་པ་རབ་གནས་ལ་བརྩམས།

དགྲུང་གངས་རྒྱལ་ཅུ་རེ་གསུམ་བ། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ས་པག་༡༩༡༩ལོའི་སྟོན་ཁ་རི་པོ་  
དགེ་ལུན་ནས་བྱལ་བཏེགས་ཏེ་ལྷ་སར་རྫོ་པོ་རིན་པོ་ཆའི་སྐུ་བྱུང་བྱུ་བྱལ་དང་། མཆོད་འབུལ།  
སྟོན་ལམ་རྣམ་དག་མཛད་ནས་སྟོད་ལུང་ཆབ་ཆོན་ཁར་བྱོན། སྟོད་ལུང་བུ་མདའི་སྐུ་པོའི་ཆོགས་  
དང་། འབྲས་སྤངས། ལྷ་ས། སེ་ར། གསང་སྤྲུགས་མཁར། བྱ་བཞི་རྣམས་སུ་ཕེབས་ནས་བཀའ་  
ཆོས་མང་དུ་སྦྱལ། སྤར་དགའ་ལྷན་དུ་ཕེབས་པ་ན་ཐོག་མར་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་  
ཆེན་པོར་ཕེབས་ཏེ་འདིར་ད་ཡང་འོང་བ་མི་ཡོང་བས་མཆོད་གཏོར་རྒྱ་ཆེར་ཤོས་ས་གསུངས། དེ་  
ནས་འདུ་ཁང་དུ་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོགས་དབུར་ཕེབས་ཏེ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྟོན་ལམ་རྒྱས་པ་དང་།  
དགེ་འདུན་གྱི་ཆོགས་པ་རྒྱ་མཚོའི་དབྱུ་མ་སུ་ཤིས་བརྗོད་མཛད། དེ་ནས་གཟུངས་ཁང་དུ་ཕེབས་ཏེ་  
བཞུགས་གདན་ལ་བཞུགས་པ་ན། དེ་ནི་རང་རེའི་དགོན་པ་རང་དབང་ཐོབ་པ་འདིར་སླེབ་བྱུང་བས་  
ཆོ་བདེའོ་ཞེས་གསུངས། མཐར་རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་ལ་སོགས་པར་བསྟན་པའི་བྱ་བ་  
མཛད་ཚུལ་གྱི་ཞལ་ཏ་སྤྲོ་མོ་ནས་ཞིབ་ཆ་གནད་ཟེན་པས་དེའི་ཆེ་རྒྱས་པར་མ་གསུངས་ཀྱང་  
སྐབས་དེར་དབུ་ཞུ་དང་། ན་བཟའ་ཕེར་སྤུལ་ཞིག་གནད་སྟེ་རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་ལ་རྒྱལ་  
ཆབ་ཏུ་དོན་གྱིས་གོ་བར་མཛད་དེ་ལོ་དེའི་རྩ་བ་བཅུ་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྔའི་ཉིན་གྱི་སྤྱོད་རྒྱ་  
གཤེགས།

སློབ་མ་གྲགས་ཆེ་བ། རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན། མཁས་བྱུང་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་  
སོགས་མང་དུ་བྱུང་། གསུང་ཚིམ་ལ། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་སོགས་པོ་ཏེ་བཅུ་དགུ་བཞུགས། རྩེ་སྟོ་  
བཟང་གྲགས་པའི་མཛད་ཆེན་བཞི་ནི། དགྲུང་ལོ་སོ་བདུན་པར་རྩིང་བྱའི་བྱམས་པ་ཞིག་གསོ་  
མཛད། དགྲུང་ལོ་སོ་དགུ་པར་གཉལ་གྱི་ལུང་རར་ཆོས་འཁོར་བསྟོར། དགྲུང་ལོ་དགཉིས་ཀྱི་  
སྐབས་ཆོ་འབུལ་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོ་བཅུ་གསུ། དགྲུང་ལོ་དགྲུའི་སྐབས་དགའ་ལྷན་དུ་སྟག་ཅེའི་

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་།

---

སྐབ་མཆོད་སྤེལ་བ་བཅས་སོ། །

༢༠༡༦.༡༡.༠༥ མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྒྲིག་པས་བྱོགས་བཏུས་བྱས།

## ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ཕྱོད་ས་སུ་སྡོན་སྡོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་  
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་  
ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་ཁྱི་སྤྲིག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟོང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་  
པའི་མིའི་ཉེས་སྟོང་གྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུ་དུ་བྱིན་ཟེན་པ་དང་།  
ལྷག་འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུ་དུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་  
མཆོན་ན་རྩ་ཆའི་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་  
ལས་འགན་བརྒྱུ་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་ཀྱི་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོ་མ་  
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱང་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཙོ་མ་སྤྲིག་གི་  
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེང་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཙོ་མ་སྤྲིག་གསུང་  
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲལ་བརྒྱུ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་  
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དབང་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གི་སྤྲི་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་  
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་གིད་པས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་  
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་  
གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏུ་ཅད་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཙོ་མ་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཆོད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་  
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཙོ་མ་སྤྲིག་གི་རྒྱ་རྒྱ་རྩ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་  
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤྱར་བཞིན་ཡོད།

མ་ཕྱིར་ཡིག་ཞོར་མངོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཙུང་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཕྱི་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་ལྷག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཚུལ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེ་བ་ཕྱོགས་སྐབས་རེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་དོ་སློང་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དགྲུས་སུ་རྟགས་[ ]འདིའི་ནང་དུ་བརྟག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་མཆན་དང་དགྲུས་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དགྲུས་སུ་རྟགས་ " འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སླང་བྱ་དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆོག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཅིག་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྟུན་ཏེ་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྙད་དང་ཐད་སྟོར་སྙད་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་རྟགས་ " འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་ཕྱོགས་སྐབས་དེ་བ་དེ་དཔེ་བསྟར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བཟུང་བའི་བར་གཞི་ལ་མ་ཕྱི་ཞེས་དང་། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་ལྷན་པོ། ཞོལ། སྐྱེ་འབུམ། རྒྱ་བྲང་བར་མ་རྣམས། སྤྲེ། བཟ། ཞོལ། སྤྲེ། རྒྱ། སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཅན་ \*བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་ཞོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ \* འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་ -བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་དང་། +བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་ལྷག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་ཕྱི། ༤༤ན་༤༥། བསྐྱབ \*བསྐྱབས སྤྲེ། ༡༠ན་༡༦། རྒྱ། ༡༡༠བ་ན། བསྐྱབས ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱིའི་འོག་གྲངས་ ༤༤མདུན་པོས། ཡིག་གྲངས་ ༤༥ན། བསྐྱབ་ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། \*བསྐྱབས ནི་མ་ཕྱིའི་

ཡིག་ཞོར་བསྐབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་ཟེང་དུ་གོ་དགོས། ཡང་  
གཞུང་དེའི་ཐད་གྱི་སྐྱེ་འབྱུང་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་༡༠༣མདུན་ངོས། ཡིག་ཟེང་༤པ་ན། ཟླ་བར་  
བར་མའི་ཐྲེབ་གངས་༡༡༠རྒྱབ་ངོས། ཡིག་ཟེང་༣པ་ན། བསྐྱབས་ཞེས་བཞོད་འདུག་ཅེས་གོ་  
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྱུལ་དེབ་དུ་ཞོར་འབྱུལ་ཤོར་བ་  
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་  
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚུམ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་ངོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ཞུ་  
རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲུས་  
ཀ་རེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་ཁྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུམ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ལྷོ་ཟླ་༠༩ཆེས་༡༥ལ།

# ༡༡། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་བྱང་ ཆུབ་གཞུང་ལམ་བཟུགས་སོ། །

༡༢། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་བཟུང་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་  
 ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནམ་པར་བཤད་པ་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་ཞེས་བྱ་བ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཀུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །

གང་གི་ཐུགས་ནི་ཆུབས་ཆེན་སྡིང་རྗེས་རབ་ཏུ་བསྐྱོད་གྱུར་བས། །འིན་ཏུ་བྱ་  
 དཀའི་ཁུར་ནི་དཔག་མེད་བསྐལ་པར་བཞེས་པ་ཡིས། །གོ་འཕང་སྒྲ་ན་མེད་པར་  
 གཤེགས་ནས་གསུང་དབྱངས་མཐོན་པོ་ཡིས། །འགྲོ་བ་མ་དེག་གཉིད་ལས་སད་  
 མཛད་དེ་ལ་གྲུས་ཕྱག་འཆམ། །རྒྱལ་བ་དེ་ཡིས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་ནི། །གང་ལ་  
 གཏད་པ་རྒྱལ་ཆ་བ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ། །ས་ཡི་དབང་ཕྱག་མི་པམ་མགོན་དེ་ཡི། །རི་མེད་  
 མཛད་པས་འགྲོ་ཆམས་སྐྱོད་གྱུར་ཅིག །དེ་ཡི་ཞབས་བྱང་ཡིད་འོང་བསྐྱའི་རུལ། །གང་  
 ལ་རེག་ནམས་བཀྲ་ཤིས་རྒྱས་བྱེད་བ། །གྲུས་པས་གཙུག་ཏུ་སྟེན་མཛད་རྒྱལ་ཆ་བ་  
 སྤུལ། །འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཞབས་ལ་མགོས་ཕྱག་འཆམ། །མི་པམ་ཞལ་ནས་  
 ཁྱོན་པའི་གདམས་པའི་ཕུལ། །རྒྱལ་སྤུལ་སྐྱོད་ལ་སྒྲོབ་པར་ཁས་སྒྲངས་ནས། །ཚུལ་  
 བཞིན་སྐྱབ་པའི་རིམ་པ་འདིར་བཤད་ཀྱིས། །ཐེག་མཆོག་དགའ་སྟོན་འདོད་ནམས་  
 གྲུས་པས་ཉོན། །འདི་ན་ཐེག་ཆེན་པ་ཞེས་ཁས་འཆེ་བ། །ཁ་ཅིག་རྒྱལ་སྤུལ་ནམས་ཀྱི་

འདྲུག་མྱོག་གི། བཅས་པའི་གནས་ལ་སྒོ་མིག་བྱམ་གྱུར་ཅིང་། གཞན་དག་ཆོག་ཙམ་  
འདོན་ཡང་གནས་དེ་རྣམས། ཟེག་པ་མཆོག་ལ་སྐྱབ་པ་ལྟར་ལེན་པའི། རྒྱལ་སྤམ་  
རྣམས་ཀྱི་བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ།<sup>༡</sup> གདམས་པའི་མཆོག་ཏུ་ངེས་པ་མ་རྟེན་  
པས། རྐྱབ་པའི་བཅས་པ་དོར་ནས་བག་ཡངས་སུ། ལྷགས་ཀྱི་མེད་པའི་སྤང་ཆེན་  
བཞིན་འདྲུག་པ། ཉེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་ལ་མི་འབབ་ཀྱང་། ཟེག་མཆོག་རིགས་ཀྱི་  
རྒྱས་པ་མི་དམན་པའི། སྐལ་བཟང་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བ་རྒྱས་པར་འགྱུར། །

༥ འདིར་འཇམ་དཔལ་རྩ་བའི་རྒྱད་ལས།<sup>༢</sup> འཛོགས་མེད་ཅེས་བྱའི་དགེ་སྤོང་  
ནི། བསྟན་བཅས་དེ་ནི་དོན་ལ་མཁས། མདོ་སྤེ་ངེས་དོན་བའི་དོན། རྣམ་པ་མང་  
པོ་རབ་ཏུ་འབྱེད། འཇིག་རྟེན་རིག་པ་སྟོན་བདག་ཉིད། གཞུང་འབྱེད་ངང་ཚུལ་ཅན་  
ཏུ་འགྱུར། ཉེ་ཡི་རིག་པ་གྲུབ་པ་འདི། ས་ལའི་པོ་ཉ་མོ་ཞེས་བརྗོད། ཉེ་ཡི་སྤྲགས་  
ཀྱི་མཐུ་ཡིས་ནི། སྒོ་ནི་བཟང་པོ་སྦྱེ་བར་འགྱུར། བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་བྱའི་  
ཕྱིར། མདོ་ཡི་དེ་ཉིད་དོན་སྤྱད་བྱེད། ལོ་ནི་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཅུར་འཇོ། ཉེ་ལུས་ཞིག་  
ནས་ལྷ་ཡུལ་འགོ་<sup>༣</sup> ། འཁོར་བ་རྣམས་སུ་འཁོར་བ་ན། ཡུན་རིང་བདེ་བ་རྗེས་སྤྱིང་  
ནས། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་མཐར་གྱིས་དེ། བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། ཞེས་  
ལུང་བསྟན་པ། དམ་པའི་ཆོས་འཛིན་པའི་སྟོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཏབ་པ་<sup>༤</sup> སྦྱེ་བ་ཏུ་  
མར་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་གསོག་པ་ལ་གོམས་པ་ལྟར་མཛད་པ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཀྱི་  
ཉིང་ངེ་འཛིན་བརྟེན་པ་རང་དང་གཞན་ཀྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བྱའི་པ་རོལ་ཏུ་

<sup>༡</sup> - །

<sup>༢</sup> - །

<sup>༣</sup> - །

<sup>༤</sup> སྐྱབ



སོན་པ། ཚས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མཐུ་གཞན་གྱིས་དཔག་པར་དགའ་བ་  
འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཅེས་བྱ་བ་དེས། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་ལ་སྦྱིར་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་  
གངས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་གསན་ཅིང་ཁྱད་པར་དུ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་དང་འབྲས་  
བུའི་ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་གསན་པའི་དོན་ཉི་ལ་བསྟུས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ཞེས་  
བྱ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་ཉི་ལ་སྦྱར་རོ། །དེ་ལྟར་ཁང་དེ་ལ་ནི་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་  
སྟོན་གྱི་གོམས་པ་རྒྱུད་བ་རྣམ་པར་དཔྱོད་པའི་སྟོབས་དམན་ཞིང་བཙོན་པའི་མཐུ་  
རྒྱུད་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་མི་ཁུས་པར་མཐོང་ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་ས་ཡི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེ་ལུ་ཡི་དོན་ཅམ་ཞིག་སྟོད་མན་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
གོ་སྤྲོད་བར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྟོན་བ་རྣམས་གང་ལ་གནས་  
པའི་རྟེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཐོག་མར་མན་ངག་བཞིན་བསྐྱེད་ནས། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོབ་པར་ཁས་ལེན་པའི་སྟོན་ས་སྟོམ་པ་བཟུང་བ་སྟོན་དུ་  
འགྲོ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོབ་པ་མེད་པར་ནི་འགའ་ཡང་སྤྲོ་  
ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་དུས་  
གསུམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ཡིན་ཏེ།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་བཤད་ཟིན་པའི་འོག་ཏུ། དེ་ལ་  
ནི་འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་འདོད་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
བསྐྱབས་སོ། །མ་འོངས་བ་རྣམས་ཀྱང་སྟོབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཕྱོགས་བཅུའི་  
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་པ་ན་གནས་པ་དག་ཀྱང་སྟོབ་སོ། །ཞེས་  
དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལེ་ལུའི་འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། སྦྱིས་བྱ་གང་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་

ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོར་ཞུགས་པ་བདག་དང་གཞན་ལ་པན་པར་  
འདོད་པ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་བཙོན་པར་འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་  
གང་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཁས་འཆེ་བ་དེ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་ལ་  
གནས་པར་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་  
པར་གསུངས་ན་དེ་ལ་སྒྲོབ་པ་འཕམ་དད་པ་མེད་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བཞེས་སྐྱབ་པ་ཡང་  
ཁས་འཆེ་བ་ཙམ་སྤྱིའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཙམ་དུ་ཟད་ཀྱི་གདོན་མི་ཟ་བར་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་བསྐྱབ་པ་ལ་ནན་ཏན་  
གྱིས་མི་སྐྱབ་ན་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པས་བྱང་ཆུབ་འདོད་པས་ནི་བསྐྱབ་པ་ལ་  
སྒྲོབ་པའི་སྐྱབ་པ་སྤྱིང་པོར་བྱ་སྟེ། འཕགས་པ་སྒྲོམ་པ་གསུམ་བཞུན་པ་ལས། འོད་  
སྤངས་རིགས་ཀྱི་བྱའཕམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་  
པར་ཞུགས་པ་གང་ཞིག་ཆོས་དེ་དག་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་ནན་ཏན་གྱིས་མི་སྐྱབ་ན་དེས་སྒྲ་  
ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་  
མི་རུས་སོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འོད་སྤངས་ནན་ཏན་གྱིས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འཕྲོལ་གྱི་ནན་ཏན་མེད་པས་ནི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོད་  
སྤངས་གལ་ཏེ་ནན་ཏན་མེད་པར་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
འཕྲོལ་ཏུ་ཐེན་ན་རི་བོང་དང་བྱི་ལ་ཡང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འོད་སྤངས་  
གང་དག་ལ་ནན་ཏན་མེད་པ་དེ་དག་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
ཏུ་འགྱུར་དུ་ཐེན་ན་ནི། འོད་སྤངས་སྐྱ་ཡང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་

བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་བྱ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ས་  
སྤྱུ་འགྱུར་བར་བྱའོ་ཞེས་བརྫོད་པས་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་སངས་རྒྱུ་ས་  
སྤྱུ་འགྱུར་བའི་རིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཤམ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་བཟུང་ནས་དེའི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་སྤྱུ་  
ལེན་པ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཐེག་པ་ལ་འབྱུག་ན་ཡིན་གྱི། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་  
འབྱུག་པ་ལ་མི་དགོས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལམ་མ་ཡིན་ནོ་  
སྤྲུལ་ན། འདི་ནི་ལོག་པར་རྫོག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ་དཔལ་སྤྲུལ་ཏེ་དང་རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་  
དང་རྡོ་རྗེ་ཅེ་མོ་རྣམས་སྤྱ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ལྷན་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་  
པར་བགྱི། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནི་བསྐྱབ་པ་དང་། །དག་བའི་ཆོས་ནི་སྤྱད་པ་  
དང་། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ། །སོ་སོར་བརྟན་པོར་བདག་གིས་  
གཟུང་། ཞེས་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྒྲོམ་པ་འདྲིན་པ་ན་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་  
པ་གསུམ་ལ་སྒྲོབ་པར་ཁས་སྐྱངས་པ་དང་སྐྱེལ་ནས་རིགས་ལྔའི་སྒྲོམ་པ་འདྲིན་པ་  
དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོ་ག་ཁྲུངས་སྤུབ་པ་དུ་མར་ཡང་སྤྱན་  
མོང་དང་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོམ་པ་གཉིས་གཉིས་འདྲིན་དགོས་པར་གསུངས་  
པའི་སྤྱན་མོང་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་  
བསྐྱེད་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཟུང་སྟེ་ཁས་ལེན་བྱས་པ་ལྟར་ཚུལ་ཁྲིམས་  
གསུམ་མམ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྒྲོབ་པ་ལས་གཞན་པའི་ལམ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་  
པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ཡང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལྡེ་  
བཞི་གང་གི་སྒྲོར་འབྱུག་ཀྱང་དགོས་པའི་ཕྱིར་སེམས་བསྐྱེད་དང་པར་ཕྱིན་དུག་གི་

ལམ་ནི་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་དང་། སར་ཕྱིན་གྱི་ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་མོང་བ་ཡིན་གྱི་  
སྤྲལས་གྱི་ཐེག་པ་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འདོར་དུ་མི་རུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཡང་འཇམ་  
དཔལ་རྩ་བའི་རྒྱུད་ལས། ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་ན་སྤྲལས་གྱི་སྦྱོད་པ་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། གསུམ་པོ་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་མི་  
གཏོང་བ་ཉིད་དང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྦྱོམ་པ་བསྐྱུང་བ་དང་རང་  
གི་སྤྲལས་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ཉིད་དོ། །ཞེས་དང་། དོ་རྗེ་རྩེ་མོ་ལས་ཀྱང་། ས་རོལ་  
ཕྱིན་དུག་སྦྱོད་པ་ལ། །གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །སེམས་ཅན་གྱི་ནི་དོན་  
ལྡན་པས། །བྱང་རྒྱུ་སེམས་པའི་སྦྱོད་པ་སྦྱུད། །ཅེས་དང་། དོ་རྗེ་གྲུང་གི་ལེའུ་བཅུ་  
གཉིས་པ་ལས་ཀྱང་། བདག་གིས་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་སེམས་བསྐྱེད། །ཞེ་མའོ་སེམས་  
ཅན་ཀུན་འགྲོན་གཉེར། །བྱང་རྒྱུ་སྦྱོད་མཆོག་མཛད་བཞིན་སྦྱུད། །འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་  
སངས་རྒྱས་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །

དེས་ན་ཐེག་པ་སྤྲེ་གཉིས་ལ་གནང་བཀའ་མི་འདྲ་བ་འགའ་རེ་ཡོད་ཀྱང་པལ་  
ཆེ་མ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་སར་ཕྱིན་གྱི་ཐེག་པ་དང་གསང་སྤྲལས་གྱི་ཐེག་པ་གང་གི་སྦྱོར་  
འབྲུག་ཀྱང་སྦྱོམ་པ་འདི་ངེས་པར་གཟུང་དགོས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ད་ནི་རྩལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ་བཞད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་གཉིས། “སྦྱོམ”་དུ་བསྐྱུ་བ་དང་། “སྦྱོམ་གྱི་  
དོན་བཞད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྩལ་ཁྲིམས་གང་ཞེ་  
ན། རྩལ་ཁྲིམས་”མཛོར་འདྲེ་བསྐྱུས་པའི་སྦྱོམ་ནི། རོ་བོ་ཉིད་དང་ཐམས་ཅད་

༡ སྦྱོམ་ ། སར་གཞི་འདི་ནི་དེ་ནང་དུ་སྦྱོམ་མང་ཆེ་བར་སྦྱོམ་གྱིས་འདུག་པས། འོག་ཏུ་སྦྱོམ་ལ་སྦྱོམ་གྱིས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་མཆོམས་རྟགས་ལས་  
འགོད་རྒྱ་མིན། །

༢ མཛོར་

དང་། དཀའ་བ་དང་ནི་སྒོ་ཀྱན་དང་། སྦྲེས་བྱ་དམ་པ་ལྡན་པ་དང་། རྟེན་འཁེབས་རྣམས་པ་  
ཐམས་ཅད་དང་། རྟོང་ས་ཤིང་འདོད་དང་ལྡན་པ་དང་། འདི་དང་གཞན་དུ་བདེ་འགྱུར་  
དང་། རྣམ་པར་དག་དང་རྣམ་དགུ་སྟེ། མདོར་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རྣམ་པ་དགུ་ལོ། རྟེན་འཁེབས་ཀྱི་རྩོམ་ཉིད་ནི་སྦྱིལ་མཆོན་ཉིད་  
ནོ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་ནི་དེའི་དངོས་པོའི་དབྱེ་བ་རྒྱས་པ་ལོ། དཀའ་བའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ནི་སྦྱབ་དཀའ་བ་ལ་འཇུག་པས་སྤུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་པར་རོ། ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་གང་ནས་སམ་རི་ལྟར་འཇུག་པའི་དབྱེ་བ་ལོ། སྦྲེས་  
བྱ་དམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཀྱི་བྱད་པར་རོ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་རྣམ་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལོ། རྟོང་ས་ཤིང་འདོད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་  
འགྲེལ་ཆེན་ལྟར་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་པའི་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་ཡུལ་དང་བྱེད་པའི་བྱད་  
པར་གཉིས་སོ། འདི་དང་གཞན་དུ་བདེ་བར་འགྱུར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་རྣམ་པར་  
དག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་འབྲས་བུའི་བྱད་པར་ཉི། རིམ་པ་ལྟར་སྒོར་བ་དང་ཐོབ་པས་  
བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ལོ། །“སྒོམ་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་ལ་བྱུག རྩོམ་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་  
བསྟན་པ། ཐམས་ཅད་པས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། བཤད་པ་དེའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ། ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་སོ། རྟེན་པོ་  
ལ་གཉིས། རྩོམ་ཉིད་དང་། དེའི་ཆེ་བ་ལོ། རྩོམ་ཉིད་ལ་བཞེས་པས་ཡོན་ཏན་ཀྱི་གངས་  
ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྩོམ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། མདོར་བསྐྱེད་པོན་ཏན་བཞེད་དང་ལྡན་པ་སྟེ།  
པ་རོལ་ལས་ལེགས་པར་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་བསམ་པ་ཤིན་ཏུ་  
རྣམ་པར་དག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཉམས་ན་བྱིར་གསོ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་མི་ཉམས་

པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གྲུས་པ་བསྐྱེད་ནས་བློ་པ་ཉི་པར་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །ཡོན་  
ཏན་གྱི་བྱེད་པ་ནི། པ་རོལ་ལས་སྒྲངས་པས་ནི། བསྐྱབ་པ་ལས་ཉམས་པའི་རྒྱུ་ཉི་པ་  
ན་གཞན་གྱིས་སྤང་ན་མི་རུང་རོ་སྤམ་ནས་ཉིས་སྤྱོད་ལ་འདྲེས་པའི་ཁྲིལ་ཡོད་པ་  
བསྐྱེད་དོ། །བསམ་པ་དག་པས་ནི། བསྐྱབ་པ་ལས་ཉམས་པའི་རྒྱུ་ཉི་པ་ན་རང་ངས་  
རང་གི་ཆོས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཉིས་སྤྱོད་ལ་འདྲེས་པའི་རོ་ཆ་ཤེས་པ་སྐྱེད་  
དོ། །ཉམས་ན་གསོ་བ་དང་མ་ཉམས་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་འགྲོད་པ་མེད་པར་  
འགྱུར་ཉི་འདི་ལྟར་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་དང་བསམ་པ་དག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་  
པའི་རོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་དང་ལྡན་ན་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པ་དང་ཉམས་ན་གསོ་བའི་སྒོ་  
ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་བསྐྱར་ན་ནི་ལྟང་བ་དང་མི་ལྡན་  
པར་མཐོང་ནས་འགྲོད་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་གིས་ནི་འདི་སྐད་བསྟན་པ་  
ཡིན་ཏེ། “སྒོམ་པ་སྒྲངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ཚུལ་བཞིན་དུ་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
རང་གི་རྒྱུད་ལ་རི་ཅོམ་བརྟགས་ཀྱང་”ལྟར་ཀྱང་བ་སྤྲ་རགས་གང་དང་ཡང་མི་ལྡན་པར་  
མཐོང་ནས་ཡིད་ལ་འགྲོད་པ་མེད་པའི་རྒྱུད་གཙང་སིང་རེ་བ་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །

དེ་ལ་ཡང་དང་པོ་ནས་ཉིས་པས་མ་གོས་པའི་ཕྱིར་དུ་འབད་པ་དང་བརྒྱལ་  
བརྟེན་ངས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉིས་པས་གོས་ན་ཡང་རི་མི་སྤམ་པར་མི་འཛོག་པར་  
བཞགས་པ་དང་བསྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱིས་ཕྱིར་འཆོས་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེ་འོང་བ་ལ་  
ནི་རོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་དགོས་ལ། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་སྒོམ་པ་ལེན་པའི་  
ཆོ་ལུལ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་བཤེས་གཉིན་ཅིག་ལ་སྒྲངས་པ་དང་། ལེན་པའི་

བསམ་བ་ཡང་གཞན་གྱི་གཡམ་ལ་རྒྱག་ལ་སོགས་བ་མེན་བར་སྦྱང་ཐག་བ་ནས་  
དང་། འཛོ་བའི་བྱིར་ལ་སོགས་བ་བསམ་བ་དམན་བ་མེན་བར་བསམ་བ་དམ་བས་  
མྱངས་བ་ཞིག་དགོས་བས་ཐོག་མའི་རྒྱ་གཉིས་པོ་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱའོ། །ཡོན་ཏན་དང་  
པོ་ལེན་བར་བྱས་ནས་བྱི་མ་གསུམ་བསྐྱང་བ་ལ་འགྲེལ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་བཤད་  
ཀྱང་གཞུང་ཙུ་བ་ནས་དང་པོ་གཉིས་ཀ་བསྐྱང་བའི་རྒྱར་གསུངས་བ་དང་། “སྒོ་མ་བ་  
ཉི”་ཕྱ་བ་ཀྱ་ལས་ཀྱང་། དེ་ནི་བསམ་བ་དམ་བ་ཡིས། །མྱ་མ་སྒོ་མ་ལ་གནས་ཤིང་  
མཁས། །རྒྱས་དང་ལྡན་ལས་མྱང་བར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ཡོན་ཏན་དང་པོ་  
གཉིས་ལེན་བ་དང་བྱི་མ་གཉིས་བསྐྱང་བའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱའོ། །སྒོ་མ་བ་འདི་མྱ་མ་མ་  
ཉི་དེ་ན་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་བསམས་ཏེ་དེའི་སྤྱན་སྲང་  
མྱངས་བས་སྦྱེ་ཡང་བ་རོལ་པོ་ལས་མྱངས་བ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ནི། ཉི་དཔ་  
ཡོད་ན་ནི་ངེས་པར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བཅའ་ནས་མྱང་དགོས་པར་སྟོན་བ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ལ་མྱངས་ན་ནི་བསྐྱབ་བ་སྐྱང་བ་ལ་དགའ་བ་དང་གྲུས་བ་བདེ་མྱག་ཏུ་སྦྱེས་  
ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་བསྐྱབ་བ་ཀྱན་ལས་  
བརྟམ་བ་ལས། “སྒོ་མ་བ་གཟུང་བ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བའི་གནས་  
ལ་གོམས་བ་ལྟར་བྱེད་བ་”སྒོ་མ་བ་དང་ལྡན་བ་ལས་མཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་  
ན་དེ་བསྐྱབ་བ་ལས་འདས་ན་རབ་ཏུ་ངོ་ཚ་བར་འགྱུར་ཞིང་མྱ་མ་ལ་བསྐྱས་པར་  
དོགས་པའི་འཇིགས་བ་སྦྱེ་བའོ། །དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱ་མི་དགོས་པར་དགའ་བ་དང་  
གྲུས་བ་འགྱུར་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པའི་སྤྱན་རྒྱུ་བསྐྱབ་པ་འདིའི་ནང་ནས་བསྐྱབ་པ་གང་ཡང་རུང་བ་འབྲུབ་  
 བར་འདོད་པས་ཡང་དག་པར་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོན་  
 ཏན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་ནི། ཡོན་ཏན་སྤྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱི་མ་གཉིས་འདྲེན་  
 བར་“བྱེད་”པས་སྤྱི་མ་གཉིས་རྒྱ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་འབྲས་བྱར་རིག་པར་བྱ་སྟེ་འདྲེན་  
 ཚུལ་ནི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །ཡོན་ཏན་གྱི་གངས་ངེས་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་ཡོན་  
 ཏན་བཞིར་ངེས་ཤིང་། ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམས་པར་དག་པར་བྱེད་པ་ལ་དང་པོ་ནས་ཉེས་  
 བས་མ་གོས་པར་བྱེད་པ་དང་གོས་ན་ཕྱིར་དག་པར་བྱེད་པ་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། ས་  
 རོལ་ལས་སྒྲངས་པ་དང་བསམ་པ་དག་པ་དང་མི་ཉམས་པའི་ཕྱིར་དུ་བྲན་པ་སྟེན་པ་  
 གསུམ་གྱིས་ནི་མི་ཉམས་པར་བྱེད་ལ། ཉམས་ན་སྤྱི་མ་གཉིས་པས་ནི་ཕྱིར་འཆོས་ཤིང་  
 ལྷང་བ་ལས་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་བཞིར་ངེས་སོ། །

འགྲེལ་པ་རྣམས་སུ་ནི་ཡོན་ཏན་བཞིའི་སྤྱད་ཚུལ་བཞིར་བཤད་དེ། དང་པོས་  
 སྒྲངས་པ་དང་ཕྱི་མ་གསུམ་དེའི་རྗེས་སུ་བསྐྱང་བ་ནི། དང་པོའོ། །བསམ་པ་ལ་གཅིག་  
 དང་སྒྱུར་བ་ལ་གསུམ་ནི་གཉིས་པའོ། །བསམ་པ་དག་པས་ལན་པ་དག་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ནི་གསུམ་པའོ། །ཡོན་པ་ལ་ཡང་རང་གི་ཆོག་བཟུན་པར་བྱ་བ་  
 དང་གཞན་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བྱ་བ་དང་དབང་སྤྱུག་གི་བདག་པོ་ཐོབ་པ་ན་  
 སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ལེན་པ་གསུམ་སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ནི་  
 སྒྲང་བྱའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཕྱིར་གསོ་བར་བྱ་བ་དང་བསྐྱང་བར་བྱའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པའི་རྒྱ་གཉིས་དང་འབྲས་བྱ་གཉིས་ནི་བཞི་པའོ། །ཚུལ་



ཁྲིམས་ཀྱི་ཆེ་བ་ལ་བཞི། དགེ་བ་དང་། དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། བན་འདོགས་པ་དང་།  
འབྲས་བྱ་དང་ཕན་ཡོན་ཆེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཡོན་ཏན་བཞི་དང་ལྷན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
དེ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་དང་སྒྲངས་པའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་ཅི་  
ན། བདག་ལ་ཕན་པ་སོགས་སོ། །དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་བདག་ལ་ཕན་པ་ནི་  
བདེན་པ་ཤེས་པས་ཉོན་མོངས་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་སངས་པ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་དུ་དོན་  
དང་བྱ་བ་ཉུང་ལ་རང་ཞི་བ་དང་དུལ་བ་ཙམ་སྤྱབ་པའོ། །བྱང་སེམས་ཀྱི་བདག་ལ་ཕན་  
པ་ནི་སྤངས་པ་གཉིས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སོ། །གཞན་ལ་ཕན་པ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་  
པའི་དུས་ན་རིགས་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་ཕན་པར་ཞུགས་པའོ། །རིགས་མེད་པ་ལ་  
ཕན་པ་འཆད་པ་ན། སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལ་ཕན་པ་ནི་རེ་ཞིག་ངན་འགོ་ལས་སྐྱོབ་པ་མི་དགེ་  
བ་མ་སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེད་པ་དང་སྐྱེས་པ་སྤོང་བའོ། །སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལ་བདེ་བ་ནི་བདེ་འགོ་  
ལ་འགོད་པ་དགེ་བ་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེད་པ་དང་སྐྱེས་པ་སྤེལ་བའོ། །འཛིག་རྟེན་ལ་སྤྱིར་  
བཅེ་བ་ནི་རིགས་མེད་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཞེ་འགྲས་པ་དང་སྐྱལ་བ་མེད་པ་  
དང་སྣོད་དུ་གྱུར་ཀྱང་ལོག་པར་ལྷུང་བ་ངན་འགོར་སོང་བ་མགོན་པོ་ལྟ་བུ་ལ་ཕན་  
བདེའི་བསམ་པ་མི་གཏོང་བར་དུས་ལ་སྣོད་པའོ། །རིགས་ཡོད་པ་ལ་ཕན་པ་འཆད་པ་  
ན། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་དོན་ནི་རིགས་ཡོད་པ་དག་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་ལ་འགོད་  
པའོ། །ཕན་པར་འགྱུར་བ་ནི་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་དེ་འདྲན་པའི་ལམ་ཆོགས་སྤྱོར་  
རོ། །བདེ་བར་འགྱུར་བ་ཉ་ནི་ཆེ་འདི་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པས་  
ལུས་སེམས་སིམ་པ་དང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་བདེ་བ་སྤྱོད་པའོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་

ཕྱིར་ན་དགེ་བ་སྟེ་མི་སྣ་བའོ། །འགྲེལ་བ་རྣམས་ནས་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་བཤད་  
མོད་ཀྱི་མ་གྲིས་སོ། །དཔག་ཏུ་མེད་པ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་བསྐྱས་པའོ། །པན་འདོགས་པ་ནི། འཇུག་པ་དང་འབྲས་བྱའི་དུས་ན་སེམས་  
ཅན་ལ་པན་པ་དེའི་ཕྱིར་གནས་པའོ། །འབྲས་བྱ་དང་པན་ཡོན་ཆེ་བ་ནི། བྱང་སེམས་  
ཀྱི་སྐྱབས་ན་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་འབྲས་བྱར་འཛིན་པས་འབྲས་བྱ་ཆེ་བ་དང་སངས་  
རྒྱས་པའི་སྐྱབས་ན་གཞན་ལ་འབྲས་བྱ་སྤྱིན་པས་པན་ཡོན་ཆེ་བའོ། །ཉན་ཐོས་རྣམས་  
ཀྱི་ནི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཐོག་མར་དགེ་བ་སོགས་ཡིན་ལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ནི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་འབའ་ཞིག་ལ་ཡང་དེ་དག་ཡོད་དེ། དང་པོར་སེམས་བསྐྱེད་དུས་ནས་རང་  
གཞན་ལ་པན་པ་རྒྱས་བཤད་དང་བཅས་པ་ནི་ཐོག་མར་དགེ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་  
པན་འདོགས་པ་ནི། བར་དུ་དགེ་བ་དང་འབྲས་བྱ་དང་པན་ཡོན་ཆེ་བ་ནི་ཐ་མར་དགེ་  
བའོ། །

ཐམས་ཅད་པས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། བྱང་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་བཤད་  
པ་དང་། ལེན་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། བསྐྱང་བའི་ཚུལ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི།  
དབྱེ་བ་དང་། རང་བཞིན་དང་། སུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་དང་། འོན་བསྐྱབ་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་གཉིས་ལས་རྟེན་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི།  
རྟེན་ཀྱི་ནང་ཆན་མང་ཡང་རིགས་མདོར་བསྐྱུན་གཉིས་ཏེ། བྱང་སེམས་ཁྲིམ་པ་དང་  
བྱང་སེམས་རབ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་གི་རྟེན་ལ་ཡོད་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ནི་“ཚུལ་”ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཁྲིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་

གི་ཉེན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གང་ལ་བསྐྱབ་བར་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ཡང་འགྲོ་བ་གསུམ་ལས་ངན་སོང་དང་ལྷའི་འགྲོ་བ་ན་ཡོད་པའི་ཆོས་ཉིད་  
ཀྱིས་ཐོབ་པ་ནི་ཁྲིམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། མིའི་འགྲོ་བ་ལ་ཡོད་པ་ནི་གཉིས་ཀའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་སོ་ཞེས་ངེ་ན་སྟུ་ཏམ་བཤད་ཅིང་། ས་སྟུ་བླ་མེ་རྣམས་བྱས་ཐེར་བའི་  
འབྲེལ་པ་ལས་ནི་ངན་སོང་དང་གཟུགས་ཁམས་ན་པ་རོལ་ལས་ལེན་པ་མེད་པས་  
ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ཡོད་ལ། དེ་ནི་ཁྲིམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོ། །འདོད་པའི་ལྷ་དང་  
མི་ལ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དང་པ་རོལ་ལས་ལེན་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་དེ། དེའི་ཕྱིར་  
དེ་ལ་ཁྲིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ཡོད་དོ། །བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཤི་  
འཕོས་ཀྱང་མི་གཏོང་བས་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
ཡོད་པར་འཆད་དོ། །སྤྱིར་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཤི་འཕོས་ཀྱང་རྗེས་སུ་འབྱང་  
བས་འགྲོ་བ་གསུམ་ག་ན་ཡོད་པ་འཐད་ལ། ཁྲིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་གཉིས་  
སྟུ་འབྲེད་པ་ནི་དགེ་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་རབ་བྱུང་སྟེ་ལྷའི་སྒྲོམ་པ་དང་ལྷན་པ་དང་མི་  
ལྷན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་གྱི་དབྱེ་བ་ནི་ཕྱོགས་  
གཉིས་ལ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ཡང་མདོར་བསྟུན། སྒྲོམ་པ་དང་དགེ་བའི་ཆོས་  
སྟུན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་པན་འདོགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་སྟེ། བྱང་སེམས་  
ཀྱིས་བསྐྱང་བར་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་ནི་གསུམ་སོ་འདིར་འདུས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་དུ་བྱས་ཤིང་། ཉན་སོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཉོན་མོངས་  
ཅེ་འཇིལ་བའི་སོ་ཐར་དང་རྒྱུན་ཡོད་ཀྱང་རེ་ཞིག་མི་ལྡང་བའི་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲོམ་

བ་དང་། རྒྱན་གཙོད་པའི་ཟག་མེད་གི་སྒྲོམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་དང་གྲངས་མ་ཐུན་པར་  
བྱས་པའོ་ཞེས་འགྲེལ་བ་རྣམས་ལས་འཆད་མོད་ཀྱང་། བྱང་སེམས་གི་བྱ་བ་ནི་  
“གཉིས་”ལྟ་བུ་ཟད་དེ། རང་གི་རྒྱད་དང་གཞན་གི་རྒྱད་སྟེན་པར་བྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
ཉིས་སྟོད་སྟོང་བ་དང་ལེགས་སྟུང་བསྟུ་བ་གཉིས་སྟུ་ངེས་པས་སྒྲོམ་པ་དང་དགེ་བ་  
ཆོས་སྟུང་གཉིས་ཡིན་ལ། གཞན་སྟེན་པར་བྱེད་པ་ལ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་དགོས་པའི་ཕྱིར་གསུམ་དུ་ངེས་སོ་ཞེས་བཤད་ན་ལེགས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཚུལ་  
ཁྲིམས་གསུམ་གི་གོ་རིམས་དེ་ལྟར་ངེས་ཤེ་ན། ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་བ་སྟོང་བའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་ཕྱི་མ་གཉིས་གི་རྒྱ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འདྲུག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
ནི། བདག་མ་གྲོལ་བས་གཞན་སྟོལ་བར་མི་རིགས་བདག་མ་ཞི་བས་གཞན་ཞི་བར་  
མི་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་པས་དགེ་བ་སྟུང་བ་དང་པོར་མ་བྱས་ན་སེམས་ཅན་གི་དོན་  
བྱེད་པར་མི་འགྱུར་བས་རིམ་བ་ངེས་པར་ས་སྟུང་མེ་ལྷས་བྱས་ཟེར་བའི་འགྲེལ་པར་  
བཤད་པ་ལྟར་འཐད་དོ། །

རང་བཞིན་ལ་གསུམ་ལས། “སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། སོ་ཐར་གི་སྒྲོམ་པ་  
ངེས་བདུན་པོ་སྟེ་དེ་ཡང་དགེ་”སྟོང་<sup>༡</sup>པ་མ་དང་དགེ་སྟོབ་མ་དང་དགེ་ཚུལ་པ་མའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་རབ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་དང་དགེ་བསྟེན་པ་མའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་ཁྲིམ་པའི་  
ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །སོ་ཐར་ངེས་བརྒྱད་ཡོད་ཀྱང་བསྟེན་གནས་མ་གསུངས་པ་ནི་“སྒྲོམ་  
པ་ཉི་ཤུ་བའི་དཀའ་འགྲེལ་ལས། ཉིན་ཞག་གཅིག་པའི་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ནི་  
དཀའ་བ་སྟོད་པ་དང་འདོད་པ་ལས་དབེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་ཡུན་རིང་པར་

༡ གཉིས

༢ སྟོང་

རྗེས་སྤྱི་མ་འགྲེལ་བའི་བྱིར་འདི་ལ་འོས་པ་མ་ཡིན་པས་མ་བསྟན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །ས་སྤྱི་བ་མེ་རྣམས་བྱས་ཟེར་བའི་འགྲེལ་བར་བསྟེན་གནས་ལ་ཉེ་བར་  
གནས་པའི་དགེ་བསྟེན་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། དེ་དགེ་བསྟེན་དུ་འདུས་པས་མ་བསྟན་པའི་  
བཤད་ཡམས་དང་དགེ་སློབ་མའི་སྟོན་པ་དགེ་སློང་མའི་སྟོན་པར་བསྟུས་པ་ནི་འཐད་  
བར་མི་སྤྲང་རོ། །གལ་ཏེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་རིས་བདུན་ལས་  
གཞན་ཡོད་དམ་ཅེད། ཡོད་ན་བྱང་སར་རིས་བདུན་ལས་གཞན་མ་གསུངས་པ་དང་  
འགལ་ཡོ། །མེད་ན་སོ་ཐར་གྱི་འཕོས་པས་གཏོང་བས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ལྟན་གྱི་  
འཕོས་པ་ལ་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཅེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། ལྟའི་ཉེན་གྱི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའས་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་སྟོན་པར་ཁས་ལེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་  
པ་སྤང་དུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ལྟན་རབ་བྱུང་ཡིན་  
ན་སོ་ཐར་རིས་ལྡ་གང་རུང་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ལྟན་  
དགེ་བསྟེན་པ་མ་ལྟ་བུའི་བྲིས་པ་ཡིན་ན་སོ་ཐར་རིས་གཉིས་གང་རུང་སྟོན་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་སྤྱི་གཞུང་རོ། །ལྟ་ལྟ་བུ་སོ་ཐར་གྱི་ཉེན་དུ་མི་རུང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་  
ལྟན་ཡིན་ན་མི་དགེ་བ་བཅུ་སྟོང་བའམ་ལུས་ངག་གི་མི་དགེ་བ་བདུན་སྟོང་བའི་སྟོང་  
བ་བདུན་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྟོང་བ་སོ་ཐར་རིས་བདུན་དང་སྟན་མོང་  
བ་རྣམས་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་གྱི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་པ་དངོས་མིན་ནོ། །དེ་  
རྟེན་དུ་ཡང་ལམ་སྟོན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལས། དེ་ལ་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་བཅས་པའི་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་བསྟུང་བའི་སོ་སོར་ཐར་པ་རིས་བདུན་གྱི་སྟོན་པ་དང་རང་བཞིན་གྱི་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་བསྟུང་བ་མི་དགེ་བ་བཅུ་བསྟུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དང་པོ་ནི་སོ་

ཐར་དངོས་ཡིན་ལ་བྱི་མ་ནི་སོ་ཐར་རིས་བདུན་དང་ཐུན་མོང་བ་ཅམ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
དང་། དགོངས་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲོག་  
པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་རོ། །དེ་ཡང་སྒྲོང་བ་རྣམ་པ་བདུན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཏེ་འདོད་  
ཆགས་མེད་བ་དང་ཞེ་སྤང་མེད་བ་དང་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་རྣམས་ཏེ་ཆོས་གསུམ་ནི་  
དེ་ཀུན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་པ་དང་། ཀུན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་བ་དང་བཅས་  
པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་དགེ་བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་རྣམས་སུ་འགྱུར་  
རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྒྲོམ་པ་ཉི་ཤུ་བའི་དཀའ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། བྱང་སར་  
སོ་ཐར་རིས་བདུན་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་  
སོ་སོར་ཐར་བའི་སྒྲོམ་པ་ནི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ཏེ་སྒྲོགས་གཅིག་ཉིད་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །དེའི་བྱིར་སོ་སོར་ཐར་བའི་སྒྲོམ་པ་  
གཞན་དང་ལྡན་པ་འདིས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པའི་  
སྒྲོད་དུ་གྱུར་བ་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཆོག་འདི་ཡང་སྦྱིན་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །འདི་  
ལ་སྒྲོག་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལྡོག་པའི་ཆོ་ག་གཞན་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་།  
དེ་རྣམས་ལས་ཀྱང་སྒྲོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་  
པར་ལེན་པའི་སྒྲོད་དུ་གྱུར་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོག་གཙོད་སོགས་ལས་  
སྒྲོག་འདོད་མེད་པ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྦྱེ་བའི་སྒྲོད་དུ་མི་རུང་ལ། དེ་དག་ལས་  
སྒྲོག་པའི་ཚུལ་ཡང་སོ་ཐར་དང་ཐུན་མོང་བ་ལ་དགོངས་ནས་སོ་ཐར་རིས་བདུན་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོགས་གཅིག་ཏུ་བྱང་སར་གསུངས་པར་བཤད་དོ། །བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་ལྡན་ལ་འོག་ནས་འགྱུར་བ་ལྟར་སྒྲོག་གཙོད་སོགས་ལུས་ངག་གི་

བདུན་གནང་བའི་སྐབས་སྲིད་ཀྱང་སློབ་གཙོད་སྤོང་བ་སོགས་སོ་ཐར་དང་ཐུན་མོང་  
བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་མེད་དེ། དཔེར་ན་ཆང་མ་གཏོགས་པའི་བཅས་པ་རྒྱང་བ་རྣམས་  
ནད་པ་ལ་གནང་ཡང་སྤྱིར་དགོ་སྤོང་གི་སྤོམ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལས་ཐོག་དགོས་པ་  
དང་། དགོ་སྤོང་གི་སྤོམ་པ་ལེན་པ་ན་ཡང་ཡན་ལག་ངེས་པ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་སྤོང་  
བར་འདོད་པས་སྤང་དགོས་པ་བཞིན་ཏེ། ལུས་ངག་གི་བདུན་དམིགས་བསལ་གྱི་  
སྐབས་མ་གཏོགས་པར་སོ་ཐར་བཞིན་དུ་སློབ་ལ་བབ་ཀྱང་མི་འཇུག་པར་བསྐྱང་བར་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་ལམ་སྤོན་དུ། སོ་ཐར་ཐར་པ་རིས་བདུན་གྱི། ཏྭག་ཏུ་སྤོམ་གཞན་ལྡན་  
བ་ལ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་པ་ཡི། །སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡང་ལས་དང་པོ་བ་ལ་སོ་ཐར་རིས་བདུན་གང་རུང་མེད་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་  
ཀྱི་སྤོམ་པ་བྱད་པར་ཅན་སྟེ་བའི་སྐལ་བ་མེད་ལ། སོ་ཐར་རིས་བདུན་དང་ཐུན་མོང་བ་  
རང་བཞིན་སྤོང་བ་མེད་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤོམ་པ་ཅམ་སྟེ་བའི་སྐལ་བ་མེད་ཅེས་སྟོན་  
པ་ཡིན་གྱི། སོ་ཐར་རིས་བདུན་མཆན་ཉིད་པ་གཅིག་མེད་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤོམ་པ་  
མི་སྟེ་བར་བཞེད་པ་མིན་ཏེ། ལམ་སྤོན་འགྲེལ་བར། གཞུང་དེའི་མཆོམས་སྤྱོར་དུ། ད་  
ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤོམ་པའི་རྟེན་བྱད་པར་ཅན་བསྟན་པར་འདོད་ནས་ཞེས་པ་དང་།  
གཞུང་དེ་སློབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོའི་འགྲེལ་བ་ལྟར་བྱངས་པ་དེའི་དོན་བསྟུས་པ་  
ཡིན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་འདི་ལ་སྤོན་གྱི་དུས་སུ་ལུགས་གཉིས་བྱང་སྟེ།  
འདི་ལྟར་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤོམ་པ་སྟེ་བ་དང་གནས་པ་ལ་སོ་ཐར་རྟེན་དུ་དགོས་པར་  
འདོད་པ་རྟེན་ཅན་བ་དང་། སོ་ཐར་གང་ཡིན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཡིན་པར་བརྩུང་ནས་བྱང་

སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་གོགས་སུ་འདོད་པའི་རྟེན་མེད་པའོ། །དེ་ལ་རྟེན་ཅན་པ་རྣམས་  
 ན་རེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སོ་སོར་ཐར་པ་ཞེས་གསུངས་པས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་  
 གཉིས་ཀའི་སོ་ཐར་རིས་བདུན་བདུན་ཡོད་ལ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་ལས་ལོག་པའི་སོ་  
 ཐར་རིས་བདུན་སྟེ་ཅམ་པ་ཞིག་རྟེན་དུ་དགོས་ཏེ་མན་འདོགས་པ་ལ་གཞོད་པ་  
 ལས་ལོག་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་བྱང་པར་ཡང་རྒྱན་  
 ཆགས་པ་དང་གཞན་སེམས་རྗེས་སུ་བསྐྱུང་བ་དང་བཅས་པ་དང་སྦྲར་གསོར་བྱང་བ་  
 དང་གཞན་དོན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བསམ་པས་བྱེ་བ་དང་དེ་ལས་བསྐྱོག་པའོ། །བྱེ་  
 བྱག་དང་བྲལ་བའི་སྟེ་མི་སྲིད་པས་ཐེག་དམན་གྱི་སོ་ཐར་ནི་རྟེན་དུ་འགལ་ལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་སོ་ཐར་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་རང་ཉིད་རང་གི་རྟེན་དུ་  
 འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཡང་མེད་དེ། དཀོན་མཆོག་སྤྲིན་ལས་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་དང་བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་བསྐྱུང་བ་ཐ་དད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེག་ཆེན་གྱི་རིས་བདུན་ཡང་  
 ལེན་པ་དང་བསྐྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འདུལ་བ་ལྟར་བྱའོཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་ནི་མི་  
 རིགས་ཏེ། རིས་བདུན་གྱི་སོ་ཐར་སྟེ་བའི་རྟེན་དུ་དགོས་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྟེ་  
 བའི་ལྟ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་ཞིང་། གནས་པའི་རྟེན་དུ་དགོས་པ་དང་ཤི་འཕོས་པས་མི་  
 གཏོར་བའི་རྒྱན་ཆགས་པ་ཡིན་ན་ལྟ་དང་དུང་འབྱེད་དག་སྟོང་སོགས་སྲིད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །སོ་ཐར་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྟེ་བའི་རྟེན་དུ་མི་དགོས་པ་ནི་སྐབ་པའི་  
 དགོངས་པའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། རི་སྐད་དུ། གང་ཞིག་དག་བསྟེན་དང་དག་  
 བསྟེན་མ་དང་དག་ཚུལ་དང་དག་ཚུལ་མ་དང་དག་སྟོང་མ་དང་དག་སྟོང་དང་དག་

༡ མད

༢ བ



སྒྲོང་མའི་དབྱེ་བས་རི་སྒྲིད་འཆོ་བ་པའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་  
ལས་གང་ཡང་རུང་བའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་སྒྲུང་བར་བྱ་ཡི། གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ཏེ་གཞན་ལ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡོངས་  
སྤངས་པ་མང་པོ་མ་བྱས་པ་སྟེ། གལ་ཏེ་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་པ་མེད་པར་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་མི་སྐྱེ་ན་ནི་དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྒྲོད་ལ་སོགས་  
པ་དང་དེའི་རྗེས་སྤྱ་འབྲང་བའི་གཞུང་དུ་འདི་དེའི་རྩ་བར་བཞུགས་པར་འགྱུར་  
ངོ། །དགོས་པ་ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སྤྱ་འགོ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་སོ། །

དེས་ན་བྱང་སར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ངོས་བཟུང་བའི་སྐབས་སྤྱ་སོ་ཐར་  
རིས་བདུན་ལ་གསུངས་པ་ནི། སོ་ཐར་རིས་བདུན་དངོས་དང་དེ་དག་དང་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་སྒྲོམ་པ་གཉིས་ཐུན་མོང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྒྲོང་བ་གཉིས་ཆར་ལ་གོ་  
བར་བའི་རིས་བདུན་འབའ་ཞིག་ལ་མི་གཟུང་ངོ། །འདི་ལ་སོ་ཐར་དང་ཐུན་མོང་བའི་  
རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྒྲོང་བའི་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་  
པ་བཟུང་བ་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེ་བས་དེ་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་  
ཅི་བའི་དོན་མེད་ལ། སོ་ཐར་རིས་བདུན་དངོས་ལྟ་བུ་ལ་ནི་སྤར་མ་སྒྲངས་་་་ཀྱང་ཀྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྐྱེ་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་རྟེན་དུ་རུང་ན་སྒྲོན་དུ་བྱིས་པ་དང་རབ་བྱུང་གང་  
རུང་གི་སོ་ཐར་ཞིག་སྒྲང་བར་བྱ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་རིས་པ་ལས་

འདས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་དགེ་ཚུལ་མ་སྒྲངས་པར་དགེ་སྦྱོང་གི་སྡོམ་  
པ་སྒྲངས་ན་སྐྱེ་མེད་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་བ་བཞིན་ལོ། །རྟེན་མེད་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་  
དོན་གྱི་བསམ་པ་མ་ལོག་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བའི་གོགས་  
ཡིན་ལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་རང་དོན་གྱི་བསམ་པ་བསྐྱེད་ན་སྡོམ་པ་དེ་  
ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་གནས་པའི་གོགས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་  
པ་དང་ཐེག་དམན་གྱི་བསམ་པ་གཉིས་ཁྱད་“བར་”མ་བྱེད་པའི་འབྲུལ་པ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ཐེག་དམན་གྱི་བསམ་པ་གཏང་དགོས་ཀྱང་སོ་  
ཐར་གཏང་མི་དགོས་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་“ཐེག་”དམན་གྱི་བསམ་པ་  
“བསྐྱེད་”ན་ཐེག་ཆེན་ལས་ཉམས་ཀྱང་སོ་ཐར་མི་གཏོང་སྟེ། སོ་ཐར་ནི་ཐེག་པ་  
གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་བསམ་པ་དེ་སོ་ཐར་གྱི་གཏོང་རྒྱར་མི་  
རིགས་པའི་ཕྱིར་དང་སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་སྡོམ་པ་གོང་མ་ལེན་པ་ན་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྡོམ་པ་གོང་མ་ལ་གནས་པས་  
འོག་མ་འདོར་བར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་རྩ་བ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་སྟེ་དགྲའི་  
པན་བདེའི་ལོ་ཐོག་གི་སེར་བ་ཆེན་པོ། གཞུང་གོང་འོག་གི་གནད་གཏན་ནས་མ་གོ་  
པའི་འོག་པར་རྟོག་པ་ཡིན་པས་རྒྱང་རིང་དུ་དོར་བར་བྱའོ། །འདི་ལྟ་བུའི་འོག་པར་  
རྟོག་པ་འབྱུང་བ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་སྡོམ་པ་གསུམ་བསྟན་པ་ལས། དེས་རི་  
རྐྱེད་དུ་བསྟན་པའི་སོ་སོར་ཐར་པ་དང་མ་ཐུན་པར་བྱའོ། །འོད་སྤངས་གང་དག་སོ་

༡ པར

༢ ཐེག

༣ བསྐྱེད

སོར་ཐར་པ་དང་མི་མ་ཐུན་པར་བྱ་བར་སེམས་པ་དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོབས་  
དང་མི་འཛིགས་པ་དང་མི་མ་ཐུན་པར་བྱ་བར་སེམས་པ་ལོ། །གང་དག་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་སྟོབས་དང་མི་འཛིགས་པ་དང་མི་མ་ཐུན་པར་བྱ་བར་སེམས་པ་དེ་དག་ནི་འདས་  
པ་དང་མ་བྱོན་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུག་འདས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་  
ཆུབ་དང་མི་མ་ཐུན་པར་བྱ་བར་སེམས་པ་སྟེ། དེའི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པས་ནི་སྟོང་གསུམ་  
ཀྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རི་སྟེང་པ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
བའི་སྤྲུག་བསྐལ་གྱི་ཆོར་བ་སྟོང་བའི་ཆོར་བ་དག་དེའི་བརྒྱའི་ཆར་ཡང་ཉེ་བར་མི་  
འགྲོ། སྟོང་དང་བརྒྱ་སྟོང་དང་བྲེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་དང་གངས་དང་ཆ་དང་བགང་བ་དང་དཔེ་  
དང་རྒྱར་ཡང་མི་ཤོད་དོ། །སྤྲུག་བསྐལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་འདི་ལྟ་བུ་འདི་དག་ཡོངས་  
སུ་སྤང་བར་འདོད་པས་དགེ་སྟོང་དེ་དག་གི་སྟོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་དེ་དག་དཔག་ཆད་སྟོང་  
བས་ཀྱང་རིང་དུ་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། བརྒྱས་པའི་སྤྲ་ཡང་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་  
བྱ་ན་བལྟ་བ་དང་ཉན་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཉེ་དེ་དག་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་ལོ། །ཞེས་པ་དང་  
དབྱུང་བཟང་གིས་བྱས་པའི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། རི་ལྟར་ལོ་ཐོག་ཐམས་ཅད་ས་ལ་  
ནི། །བརྟེན་ནས་སྟོན་མེད་པར་ནི་སྟེ་བ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཚུལ་ཁྲིམས་བརྟེན་ནས་ཆོས་  
དཀར་མཆོག་། སྟོང་རྗེའི་ཆུས་བརྒྱན་པས་ནི་རྣམ་པར་སྟེ། །རྒྱལ་བ་ངས་གསུངས་སོ་  
སོར་ཐར་པ་ཡི། །ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་འདུལ་བ་མ་ལུས་ལ། །སྤྲུགས་པ་ཁྲིམ་པས་  
རྟགས་དང་ཆོ་ག་སྤངས། །ལྟག་མ་རྣམས་ནི་ཉམས་སུ་སྤང་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །

འདིས་ནི་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་དང་ལས་ཀྱི་ཆོ་ག་དང་ཐུན་སོར་མ་ཡིན་པའི་

བཅས་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲུང་དོར་རྣམས་སྟགས་པ་  
ཁྱིམ་པས་ཀྱང་ཉམས་སུ་སྒྲུང་དགོས་པར་གསུངས་ན། སྟགས་པ་རབ་བྱུང་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལྟན་གྱིས་ལྟ་ཅི་སྟོན། ལོག་པར་རྟོག་པའི་ཐ་ཆད་འདི་ཁ་ཆེའི་  
བདེ་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མི་ཉེས་  
ཀྱང་ནམ་ཉན་དུ་མས་བཀག་སྟེ་དེ་སྐད་དུ། ཆུལ་ཁྱིམས་དང་སྟོན་པ་དང་དམ་ཆོག་མི་  
འགལ་བ་ལས། དང་པོར་རབ་བྱུང་བཞེན་ནས། །སྟགས་དང་པ་རོལ་བྱིན་ལས་  
གནས། །ཕྱི་ནས་དེ་རྣམས་སྒྲོངས་སོགས་ཀྱིས། །འདུལ་བ་ཡི་ནི་བསྟན་བཅོས་  
ལས། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་སྟོན་གནས་པ། །སོ་སོར་ཐར་དང་ལོ་བྱིར་གནས། །དེར་  
བཤད་པ་ཡི་བསྟན་པ་རྣམས། །པལ་ཆེར་བསྟུང་བར་མ་རུས་པས། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་དང་། །འགལ་བ་ཉིད་དུ་ཡོངས་བབྱུང་ནས། །ད་ལྟར་དེ་བཟུང་  
རྣམ་པར་གནས། །ཞེས་དང་། རབ་བྱུང་སྟོན་པ་བཟུང་ནས་ནི། །སྟགས་ཀྱི་སྟོན་པ་འཕམ་  
སྟེན་སོགས་ཀྱི། །སྟོན་པ་ཡང་ནི་གཟུང་མི་བྱ། །ཞེས་དང་། རྟོན་ལྟན་བྱུང་པར་འཕགས་  
པ་ཡིས། །དག་སྟོང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི། །ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཐམས་ཅད་  
དུ། །ཁྲི་ལམ་དུ་ཡང་འགལ་མི་བསམ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་གསུངས་  
སོ། །མདོ་སྟེ་དུ་མར་ཡང་འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱིམ་ན་གནས་པའི་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་རིང་ནས་བསྟན་པ་དུ་མས་ཀྱང་  
ཁྱིམ་སྒྲུངས་ཏེ་རབ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་རྟོགས་པ་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་མཛད་པར་  
གསུངས་པའི་བྱིར། །སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟེ་དང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་རབ་བྱུང་བའི་  
སྟོན་པ་རྣམས་ནི་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཅེས་སྟེན་སུ་གཟུང་

དགོས་སོ། །དགེ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གསུམ། མདོར་བསྟན་པ་ནི། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པའི་འོག་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་  
ཕྱིར་ལུས་ངག་གི་དགེ་བ་བསགས་པ་གང་ཅི་ཡང་རུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་  
མདོར་བསྟན་ན་དགེ་བའི་ཚོས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱའོ། །

གཞུང་མང་པོ་ལས་སྡོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ཞེས་ཀྱང་  
འབྱུང་ངོ་། །འདི་ལ་གསུམ་ལས། ཏུས་ནི། འོག་ཏུ་ཞེས་པ་སྟེ་དགེ་བའི་ཚོས་གང་དག་  
ཅི་ཡང་རུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ནས་ཞེས་མདོ་ལས་  
གསུངས་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་པ་ཁོ་ནའི་དགེ་བའི་ཚོས་སྟེ་བ་དང་གནས་པ་  
དང་འཕེལ་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་ནས་  
དགེ་བ་རྣམས་བསྟུ་བར་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་ཡང་“སྡོན་ཀྱི་ལ་སྡོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
བརྟན་པར་བྱའོ། །དམིགས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ཕྱིར་ཉེ་རང་རྒྱུད་ལ་སངས་  
རྒྱུ་ཀྱི་ཚོས་ཡོངས་སུ་སློན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །དེས་ན་དགེ་བ་སྤྱད་པ་ནི་རང་  
རྒྱུད་སློན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ནི་གཞན་སློན་པར་བྱེད་པ་སྟེ་  
བྱེད་པར་ནི་དེའོ། །མཆན་ཉིད་དམ་རང་བཞིན་ནི། ལུས་དང་ངག་གིས་དགེ་བ་  
བསགས་པ་སྟེ་ཡིད་མ་སློས་པ་ནི་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་ལ་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་ལུས་ངག་ཁོ་ནའི་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་འགྲེལ་པ་གཞན་རྣམས་ནས་  
འཆད་ཀྱང་རྒྱུ་བཤད་ནས་ཡིད་ཀྱི་དགེ་བ་དུ་མ་བཤད་པ་དང་སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་  
འོད་ཀྱི་འགྲེལ་བར་ཡིད་ཀྱང་བཤད་པས་ལུས་ངག་སློས་པས་ཡིད་ལྷགས་ལ་གོ་བར་

ནུས་པས་མ་བཤད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལེགས་སོ། །སྒོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་དཀའ་  
འགྲེལ་དང་ལམ་སྒྲོན་འགྲེལ་པ་ནི་གཞུང་ལ་ཡིད་ཡོད་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་སོ། །དེ་  
ལྟར་ན་སྒོ་གསུམ་རེ་རེ་བ་དང་གཉིས་གཉིས་དང་གསུམ་ཆར་གྱིས་བྱས་པའི་དགེ་བ་  
སྤྱད་པའི་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཡོད་དོ། །རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བརྒྱད་ལས། ཤེས་རབ་  
གསུམ་བསྐྱེད་པ་ནི། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ནི་སྒོམ་པའི་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ལ་བརྟེན་ཅིང་  
གནས་ནས་རྣམ་པར་གཤམ་བ་མེད་པར་གཙུག་ལག་དམ་པ་མཉན་ཏེ་ཐོས་པའི་ཤེས་  
རབ་བཅའ་ལོ། །ཐོས་པའི་ཆོག་གས་བསགས་པ་ལས་དཔྱོད་པ་དང་ལྟན་པས་སེམས་  
སོ། །དེ་ནས་ནི་སྒོམ་པ་ལ་འཇུག་སྟེ་ཞི་ལྷག་སྒོམ་པའོ། །དེ་ཡང་ལུས་འདུ་འཛི་དང་  
སེམས་མི་དགེ་བའི་རྣམ་རྟོག་གིས་དབེན་པ་ལ་སྟོས་པས་གཅིག་ཤུར་དགའ་  
བའོ། །སྒོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་དཀའ་འགྲེལ་དུ་གཅིག་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་འབྱུང་དོ། །དེ་ལ་  
ཞི་གནས་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐབ་པ་ཡིན་ལ་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་དང་ལྷག་  
མཐོང་ནི་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐབ་པ་སྟེ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ལས་བསྐབ་པ་གཉིས་འབྱུབ་  
པའོ། །ཞིང་བྱད་པར་ཅན་ལ་ཆོག་གས་བསགས་པ་ནི། ལྷ་མ་རྣམས་ལ་མཐོང་ན་མི་  
འགྲིང་ཞིང་དགའ་བཞིན་དུ་བདེ་བར་བྱོན་ཏམ་ཞེས་གསོང་པོར་སྤྲ་བའམ་གྲུས་པར་  
སྤྲ་བ་དང་། ལུས་ཀྱིས་བྱག་འཆའ་བ་དང་ལངས་ནས་སྟན་སྟོབ་པ་དང་སྟན་ལས་  
འཕགས་ཏེ་གྲུས་པ་སྟོན་པའི་མངོན་པར་ལྡང་བའམ་སྤྱར་དུ་ལྡང་བ་དང་། ཉེ་བར་  
འོངས་པ་དང་མིག་ལམ་དུ་སྤྲང་བ་ན་བྱག་བྱེད་པའམ་ཐལ་མོ་ཅམ་སྦྱོར་བ་དང་  
གཡོག་བྱེད་པའི་གྲུས་པར་རིམ་གྱོ་བྱེད་ཀྱི་བ་དང་། ཉན་པ་རྣམས་ལ་བཅེ་བས་ནད་

གཡོག་བྱེད་པའོ། །དེ་ལ་པན་“འདོགས་ཀྱི་པ་དང་ཁྲ་མ་དང་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཞིང་གསུམ་སྟེ་དང་པོ་ནི་པ་མ་དང་། གཉིས་པ་ནི་མཁའ་སྒོ་བ་དང་གསུམ་པ་ནི་ནད་པ་སྟེ་འདི་དག་བྱང་སེམས་རབ་ཏུ་བྱུང་མ་བྱུང་གཉིས་ཀའི་བསོད་ནམས་སྐྱེ་བའི་གཞི་ཡིན་པས་ཞིང་རོ། །ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་དགའ་བ་ནི། གསུང་རབ་མ་ནོར་བར་སྐྱེ་བ་དང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པའི་ལེགས་པར་སྐྱེ་བ་ལ་ལེགས་སོ་སྟེར་བ་དང་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག་གི་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པ་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དགེ་བ་རྣམས་ལ་བསམ་པ་ཐག་པས་ཡི་རང་ཞིང་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པའོ། །དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་ཡོན་གནས་སུ་ཤེས་ནས་ཡི་རང་བར་འགྱུར་བ་དང་རང་གི་སྤྲལ་དོག་སྤང་བ་དང་མ་བྱས་ཀྱང་བྱས་པ་དང་འབྲ་བའི་བསོད་ནམས་འཛོལ་བ་དང་། ལེགས་པ་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རང་གིས་བྱས་པ་ལ་དགའ་བ་བཞིན་དུ་དགའ་བར་བྱའོ། །བཟོད་པ་བསྟེན་པ་ནི། བ་རོལ་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་སྟོན་གྱི་ལས་སུ་ལྟ་ཞིང་སྟོང་ཟླ་བསྐྱེད་ནས་སྤར་མི་ཁྲོ་ཞིང་གཞོད་ལན་མི་བྱེད་པའོ། །

བསྟོར་བ་དང་སྟོན་ལམ་གདབ་པ་ནི། བྱས་པ་ཆུད་མི་ཟ་བ་དང་བསོད་ནམས་ཐ་དད་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་སྟོན་གསུམ་གྱིས་བྱས་པ་དང་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་དགེ་བ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་བསྟོར་བ་དང་། ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུས་དུས་སུ་ས་བཅུ་པར་བཤད་པའི་སྟོན་ལམ་བཅུ་ལམ། བཟང་པོ་སྟོན་པའི་སྟོན་ལམ་གདབ་པའོ། །དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མཆོད་པ་རྣམ་པ་

ཐམས་ཅད་པ་ཟང་ཟེང་དང་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པ་གཉིས་དང་རན་པ་མེན་པའི་རྒྱ་ཆེན་  
པོའི་མཆོད་པའོ། །བག་ཡོད་བསྟེན་པ་ནི། ཉག་ཏུ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱིན་ཐུག་གི་  
དགེ་བའི་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་པ་ཆེན་པོས་འཕྲུག་པའོ། །ཆོགས་ལམ་གྱི་གནས་  
སྤྱུང་པའི་དགེ་བ་ནི། ཡིད་ཀྱིས་བྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་དང་ཐུན་བཞིན་དུ་ལུས་  
དག་གིས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྣམས་ལ་སྦྱོད་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བ་དང་དབང་པོ་མ་  
བསྐྱམས་པས་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་མི་འོང་བའི་ཡུལ་གྱི་རྗེས་སྤྱོད་འབྲངས་ནས་ཆགས་  
སྤང་སྦྱེ་བ་ལས་སེམས་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དབང་པོའི་སྣོ་བསྐྱང་བ་དང་། ཉ་ཅང་  
འབྲངས་པ་དང་ཉ་ཅང་བཀའ་ཉེ་བརྟེན་འབྲུས་ཚུལ་པར་མི་ཀུས་པའི་མཐའ་གཉིས་  
སྤྱི་མ་ལྟར་བར་ལུས་གནས་པའི་བྱིར་དུ་རན་པར་བ་བའི་ཐས་གྱི་ཆོད་རིག་པ་དང་།  
མཆོན་མོ་ལ་ཐུན་གསུམ་དུ་བྱས་པའི་བར་པ་ལ་ཉལ་ཞིང་སྤྱི་བྱི་གཉིས་དང་ཉིན་པར་  
ལ་ཁ་ཉོན་དང་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱེད་པ་ནས་གྱི་ཆ་སྟོད་དང་ཆ་སྤྲད་ལ་མི་ཉལ་བར་རྣལ་  
འབྱོར་ལ་བརྟེན་པ་དང་། དགེ་བ་ལ་འཕྲུང་ཅིང་མི་དགེ་བ་ལས་རྒྱོག་པའི་ཕྱོགས་  
སྦྱེས་བྱ་དམ་པ་དང་ལུང་འཛོགས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པའི་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་  
བསྟེན་པ་དང་། རང་གིས་རང་གི་བཞེས་གཉེན་བྱས་ཏེ་རང་གི་ཉེས་པ་ལ་བརྟག་ཅིང་  
ཉེས་པ་དེའི་འདི་ཕྱིའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་གཉེན་པོ་བསྟེན་པས་སེལ་  
བར་བྱེད་པ་དང་། འཁྲལ་བའམ་ཉེས་པ་བྱུང་བ་རྣམས་སངས་རྒྱུས་སྤྱས་བཅས་དང་  
འཕྲད་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་ན་དེ་དག་དང་མེད་ན་དེ་དག་གི་སྒྲིག་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲིན་སྤར་  
ཕྱོགས་བརྩའི་རྒྱལ་བ་སྤྱས་བཅས་ལ་མཁྱེན་པར་གསོལ་ཏེ་མཐོལ་ཞིང་འཆགས་པ་



དང་ཆོས་མཐུན་པར་སྐྱོད་པའི་གྲོགས་ལའང་དེ་ལྟར་བྱེད་པའོ།<sup>༡</sup> འོན་པ་སྟེ་བ་ནི།  
དེ་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པའི་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་སྦྱབ་པ་དང་བསྐྱུང་བ་དང་རྣམ་པར་  
འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་བའི་  
ཆོས་སྟུང་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱའོ། །“དེ་ལ་<sup>༢</sup>སྦྱབ་པ་ནི་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་སྟེ་  
ཤེས་རབ་གསུམ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱུང་བ་ནི་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཆུད་མི་ཐ་བར་བྱེད་  
པའོ། །དེ་ཡང་བཟོད་པ་བསྟེན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་ཁོང་ཁོ་མ་བཀག་ན་དེས་དགེ་བ་བསགས་  
པ་རྣམས་འཛོམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ནི་བསྐྱུངས་པ་རྣམས་སྦྱར་ཡང་  
འཕེལ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཉན་པར་བྱེད་པ་སྟེ་བསྟོར་བ་དང་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ལྟ་  
བུའོ། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་  
པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་མདོར་བསྟུན་རྣམ་པ་བཅུ་གཅིག་ཏུ་རིག་པར་བྱ་  
སྟེ། གྲོགས་བྱ་དགོས་པ་དང་ཐབས་ལ་སྟོངས་པ་དང་ཕན་འདོགས་པ་དང་འདིགས་  
པས་ཉེན་པ་དང་མྱ་ངན་གྱིས་གཟིར་བ་དང་ཡོ་བྱད་གྱིས་ཐོངས་པ་དང་། གནས་  
འཆའ་པར་འདོད་པ་དང་སྒོ་མཐུན་པར་འདོད་པ་དང་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་དང་  
ལོག་པར་ཞུགས་པ་དང་རྩ་འབྱུང་གྱིས་གདུལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་རི་ལྟར་  
རིགས་པར་སྦྱབ་པའོ། །

སྟན་སྲུང་ཆོགས་པའི་རྒྱལ་གསུམ་ལས། “སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟན་སྲུང་  
ཆོགས་པའི་རྒྱ་ནི། བྱང་སེམས་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་པ་རི་ལྟར་ན་ལེགས་  
པར་བསྐྱམས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཅན་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ལ་བཅུ་ལས་འདས་པའི་

༡ བའ

༢ དལ

འདོད་པ་རྣམས་ལ་མི་ལྟ་བུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མིའི་འདོད་པའི་མཆོག་འཁོར་  
ལོས་སྒྱུར་བའི་རྒྱལ་སྲིད་ཐོབ་པ་ཡང་པོར་ཏེ་རབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཀྱང་  
དེ་ལ་མི་ལྟ་བུ་ནི་དཔེར་ན་རྩལ་མི་གཙང་ཉ་བ་ལ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །འདོད་པར་བྱ་  
བས་ན་འདོད་པ་སྟེ་དངོས་པོའི་འདོད་པ་ལོངས་སྟོང་དང་འདིས་འདོད་པས་ན་འདོད་  
པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པའི་འདོད་པ་སྟེ་དཔེ་འདིར་ནི་དང་པོ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྱག་དར་གྱི་འདུ་  
ཤེས་གྱིས་སྤངས་པའི་རྩ་ལ་སྤར་ཡང་མ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆགས་པར་བྱ་བའི་སྤྲིང་པོ་  
མེད་པར་མཐོང་ནས་སྤར་སྤངས་པ་ལ་སྤར་མི་ལྟོ། །ཡང་མི་གཙང་བའི་སྤོས་སྤངས་  
པའི་ཕྱིས་དུལ་བ་ལ་སྤར་མི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་དེ་དག་ཉོན་མོངས་པ་ཕྱིས་དུལ་  
པ་ལྟ་བུ་དང་འབྲེལ་བར་མཐོང་ནས་སྤར་ཡང་མི་ལྟོ། །དེ་ལྟར་ན་དང་པོར་བྲིས་གྱི་  
ལོངས་སྟོང་སྤངས་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཡང་སྤར་དེ་དག་ལ་ལྟ་བར་བྱེད་ན་སྟོམ་པ་  
ཡོངས་སུ་དག་པར་མི་འགྱུར་བས་སྤར་ཡང་མ་ཆགས་པ་བརྟན་པར་བྱ་སྟེ་སྤར་  
བཤད་པའི་དཔེ་གཉིས་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་འཛོག་དགོས་པའོ། །མ་འོངས་པའི་འདོད་  
པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་མེད་པ་ནི་མ་འོངས་པ་ན་བདུད་གྱི་གནས་སུ་གཏོགས་པ་  
གཞན་འཕྲུལ་དབང་བྱེད་པའི་འདོད་པའི་ལོངས་སྟོང་ལ་ཡང་སྟོན་ནས་དེའི་དོན་དུ་  
ཆོངས་པར་མི་སྟོང་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་འདོད་པའི་དོན་དུ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེ་ལ་མི་  
དགའ་བ་ནི་དཔེར་ན་སྟག་གཞིག་ལ་སོགས་པས་གང་བའི་ནགས་ཐེབས་པོར་འཇུག་  
པར་མི་འདོད་པ་བཞིན་དུ་ལྟ་བའོ། །འདིར་འདས་པ་ལ་མི་ལྟ་བ་ལ་མིའི་འདོད་པ་སྟོས་  
གྱི་ལྟ་མ་སྟོས་པ་ནི་སྟོམ་པའི་ཚུལ་བྲིས་གྱི་གཙོ་པོར་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཡིན་

ལ་ལྟ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་འོངས་པ་ལ་མི་དགའ་བ་ལ་ལྟའི་  
འདོད་པ་སློམ་གྱི་མི་མ་སློམ་པ་ནི་འདོད་པའི་འོངས་སྤྱོད་ལ་ཕྱི་མར་སློན་པ་མེད་པར་  
སློན་པའི་སྐབས་ཡིན་ཞིང་འདོད་པའི་འོངས་སྤྱོད་ལ་བདུད་ཀྱི་ལས་ལྟག་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །མདོར་ན་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྒྲོམ་པ་དག་པའམ་ལེགས་པར་བསྐྱམས་པ་ལ་  
མ་འོངས་པའི་འདོད་པའི་”ཆེད”ཏུ་ཡང་ཆངས་སྤྱོད་ལ་མི་གནས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་  
སྤར་སྤངས་པའི་འདོད་པ་ལ་མི་ལྟ་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པའོ། །ད་ལྟར་བ་ལ་ལྟག་པར་  
ཞེན་པ་མེད་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དང་བྱིམ་བདག་སེམས་ཙན་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྟེན་བཀྲར་གྱི་  
འདོད་པ་ལ་ཡང་རོ་སྤང་བར་མི་བྱེད་ན་སེམས་ཙན་ཐ་ཆད་ཀྱི་རྟེན་བཀྲར་ལ་ལྟ་ཅི་  
སློམ། དེ་ནི་དཔེར་ན་ཟས་ཟོས་པ་ཕྱིར་སྦྱགས་པ་ལ་རོ་སྤང་བར་མི་བྱེད་པ་དང་འབྲ་  
བར་ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་”དེ”ཏུ་དང་འབྲ་བར་མཐོང་བའོ། །དེ་ལ་གཙོ་བོར་  
ཕྱི་མའི་འདོད་པ་ལ་སློན་ནས་ཆངས་པར་སྤྱད་ན་ལེགས་སློན་ཙམ་ཏུ་འགྱུར་བས་སོ་  
ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པར་མི་འགྱུར་བར་འབྲ་ཡང་འདོད་པའི་འོངས་སྤྱོད་སྤར་ཐོབ་པ་འདོར་  
བ་དང་། ད་ལྟར་བ་ལ་མི་ཆགས་པ་ནི་བྱིམ་པའི་”སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་མེད་མི་  
རུང་མ་ཡིན་གྱི་རབ་བྱུང་ལ་ངེས་པར་དགོས་པས་སྤྱིར་འཁོར་བ་དང་། ཁྱད་པར་ཏུ་  
འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསྐྱོམས་ནས་སྤར་ལྟར་སློ་མ་བསྐྱོག་ན་ལེགས་པར་  
”བསྐྱམས་ཀྱི་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཙན་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་ངེས་པ་བྲངས་དགོས་  
སོ། །དཔེན་པ་ན་གནས་པར་དགའ་བ་ནི་ལུས་དཔེན་པའི་གཅིག་ལུ་ལ་དགའ་བ་དང་

༡ ཆད

༢ རྟོ

༣ བསྐྱམས

མང་པོའི་ནང་ན་གནས་ཀྱང་འདོད་པ་ལ་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱང་བསྐངས་ཏེ་གནས་  
བའོ། །

དེ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་མི་འཛིན་གྱི་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་  
སེམས་གྱི་ཉིང་“དེ་ཧ་འཛིན་”ཆད་མེད་ཧ་པ་གསར་དུ་སྦྱབ་པ་དང་བྱུང་བེན་པ་ལ་  
དབང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་འབད་བའོ། །འདིས་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པ་ཙམ་ལ་ཆོག་ཤེས་  
བྱས་ནས་ཡོན་ཏན་གོང་མ་མི་འཆོལ་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཕྱན་སྤྲུལ་ཆོགས་པར་མི་འགྱུར་  
བར་བསྟན་ནོ། །དག་དང་རྟོག་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ནི། འདུ་འཛིའི་ནང་ན་འདུག་པའི་  
ཆེ་ཡང་དན་པའི་“ཆོག་ཧ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་གཏམ་མི་སྤྲུལ། དཔེན་པ་ན་གནས་  
པའི་ཆེ་ནི་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་པ་དན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་སྦྱུང་བར་ལེགས་  
པར་སྟོན་བའོ། །བརྒྱལ་ལ་བརྟེན་ངས་པས་བྱུང་ན་ཡང་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཉེས་དམིགས་སུ་  
ལྟ་ཞིང་འགྲོད་པ་བྲག་པོ་སྦྱུང་དོ། །དེ་རྒྱན་དུ་བྱས་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དག་ཡིད་དན་  
པ་བྱུང་མ་ཐག་ཏུ་བྲན་པ་སྦྱེ་ཞིང་མི་བྱ་བའི་སེམས་ཀྱང་ཐོབ་ནས་འདོར་རོ། །འདོར་བ་  
ལ་གོམས་ན་སྤར་དེ་གཉིས་ལ་དགའ་བ་ཇི་ཙམ་སྦྱེ་བ་དེ་ལྟར་ཕྱིས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོང་བ་ལ་  
མི་དགའ་བ་སྦྱེ་སྟེ་ཆོ་གཉིས་གོ་ས་འཕོ་བར་འགྱུར་རོ། །དང་པོ་ནས་མི་འགྱུར་བ་ལ་  
འབད་པ་དང་བྱུང་ན་ཡང་ཇི་མི་སྟུམ་པར་མི་འཛོག་པར་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་ཞིང་  
འགྲོད་པ་བྲག་པོ་བསྦྱུང་བས་སྟོ་སྤྱི་གནས་འཕོ་བ་འདི་ནི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བཀག་སྟེ་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར་བའི་མན་དག་སྒྲན་”མེད་ལ་འོ། །རང་ལ་

ཧ་ ང

ཧ་ ཆད་མེད

ཧ་ ཆོག

ལ་ མན

ཁྱད་དུ་མི་གསོད་པ་ནི། སར་ཆུད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་  
བ་དང་བསྐབ་གཞི་བགྲང་ལས་འདས་པའི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་རྟོག་གཤེད་ལུལ་མ་  
ཡིན་པས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དང་། བསྐལ་པ་གྲངས་ལས་འདས་པར་སྟོན་པའམ་  
ཡུན་མི་ཐུང་བར་ཞུགས་པའི་ཡུན་རིང་བ་དང་ལུས་ལ་སོགས་པ་གཏོང་བ་གཞན་  
གྱིས་བྱ་མི་རྒྱས་པའི་བྱ་དཀའ་བ་དག་ཐོས་པ་ན་དེ་དག་ལ་འཛིགས་པ་དང་བག་ཆོབ་  
དང་། ངས་མི་རྒྱས་སྟུང་པ་ནི་བདག་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་སྟེ་དེ་འགོག་པའོ། །རྗེ་ལྷར་  
འགོག་པ་ནི་དེ་དག་ཀྱང་མིར་གྱུར་པས་རིམ་གྱིས་བསྐབས་པས་བསྐབ་པ་དེ་དག་  
དང་ལྷན་བར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱི་དང་པོ་ནས་ད་ལྷར་རྒྱས་པ་མིན་ནོ། །བདག་གིས་ཀྱང་  
རིམ་གྱིས་སྟོབ་པའི་བཙོན་པ་མ་བཏང་ན་གཤོན་མི་ཟ་བར་དེ་དག་འཐོབ་བར་འགྱུར་  
རོ་སྟུང་དུ་སྟོབ་བསྐྱེད་པའོ། །<sup>༡</sup>དེས་ན་བསྐབ་གཞི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དེ་དག་མཉན་  
ནས་དེ་འབྲ་བ་སྟུང་སྟོབ་པར་རྒྱས་ཞེས་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་ཡང་བྱང་སེམས་  
གཞན་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་གྱི་བདག་གི་མིན་ནོ་སྟུང་དུ་དོར་ན་རིགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་རྒྱས་  
པའི་གོགས་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྷར་ཞུས་པ་བཀག་ནས་དངོས་སུ་  
འཇུག་པར་རྒྱས་པ་ལ་འབད་པ་བྲག་པོས་འཇུག་ཅིང་། རེ་ཞིག་མི་རྒྱས་པ་རྣམས་ཀྱང་  
བདག་གིས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྟོབ་པ་ནས་འོང་ན་སྟུང་དུ་སྟོབ་མང་དུ་བསྟོམས་པ་དང་། དེའི་  
རྒྱར་གསལ་གྱིས་ལ་འབད་ཅིང་སྟོན་ལམ་རྒྱབས་ཆེན་པོ་བྱ་དགོས་སོ། །

དེས་པ་ནི། རང་གི་ཉེས་པ་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་གྱི་པ་རོལ་གྱི་ཉེས་པ་ལ་མི་རྟོག་  
ཅིང་སྟུག་བསལ་མི་བསྐྱེད་པའོ། །འོ་ན་པ་རོལ་གྱི་ཉེས་པ་དེ་ལྷར་འཛོག་གམ་ཞེ་ན།

མ་ཡིན་ཏེ་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྤྲོད་རྗེ་བསྐྱེད་དོ། །རི་ལྷ་ར་  
སྐྱེད་ན་འདི་ནི་གང་ཟག་འདིའི་ཉེས་པ་མིན་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རང་  
དབང་མེད་པར་བྱུང་བའོ་ཞེས་མ་རུངས་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་རྣམས་ལ་ཀྱན་  
ནས་མནར་སེམས་དང་ཁོང་ཁོ་མི་སྐྱེད་པར་ཤས་ཆེར་བཅེ་བ་སྐྱེད་ཅིང་དེར་མ་ཟད་  
བྱེད་འདོད་བསྐྱེད་དེ། འདི་ལྷ་ར་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ཉོན་མོངས་  
པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བར་དེ་དང་ཕྲལ་ལ་ཁྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་བྱའོ་  
སྟམ་ནས་བཤེས་གཉེན་བྱེད་འདོད་པའོ། །བཟོད་པ་ནི། གཞན་གྱི་ལག་པ་དང་བོང་བ་  
དང་མཆོན་ལ་སོགས་པས་བསྐྱུན་པ་ཡང་སེམས་ཀྱིས་སྤང་བ་ཡང་མི་བྱེད་ན་ཞེ་  
གཅོད་པའི་སྤྲིག་པ་ཅན་གྱི་ཆོག་འབྲིན་པའམ་རྟེན་པར་ལྷ་ག་ལ་བྱེད། དེས་ན་རིམ་པ་  
ལྷ་ར་ཡིད་དག་ལུས་གསུམ་དག་པའོ། །དེ་ལྷ་ར་གཞོད་པ་ཆེན་པོ་ཡང་བཟོད་ན་མན་པ་  
མེད་པར་པ་རོལ་ལ་སྟོ་བ་དང་ཆོག་གིས་གཤེ་ཞིང་ཁོ་བ་དང་སྟོད་ཅིག་ཅེས་དམ་  
འཆལ་ཞིང་དེ་འབྲ་བའི་གཞོད་པས་སེམས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྲལ་དུ་གྱུར་བ་ཅུང་ཟད་ཅོམ་  
ཡང་མི་བྱེད་པར་བཟོད་པ་ལྷ་ཅི་སྟོས། ཞེས་ས་སུ་བྲ་མེ་རྣམས་བྱས་ཟེར་བའི་འབྲེལ་  
པར་འབྱུང་ངོ། །གཞུང་དུ་ནི་སྟོ་བའམ་ཁོ་བའམ་བརྒྱད་བཀའ་གིས་སྤྲུག་བསྐྲལ་བར་  
འགྱུར་བའི་གཞོད་པ་ཅུང་དུ་དག་གིས་ལྷ་ཅི་སྟོས་ཞེས་བསྐྱུན་པའི་ལན་དུ་སྤང་བ་  
ཅོམ་ཡང་མི་སྐྱེད་ན་དེ་དག་གིས་ལྷ་ཅི་སྟོས་ཞེས་གསུགས་པས། པ་རོལ་པོས་གཞོད་  
པ་ཅུང་དུ་བྱས་པས་སེམས་མི་འཁྲུག་པར་སྟོན་པ་སྟེ་དག་སྟོང་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་  
བཞི་ལ་གནས་པའོ། །བག་ཡོད་པ་ནི། །སྟོན་གྱི་མཐའ་དང་བྱི་མའི་མཐའ་དང་དབྱས་  
གྱི་མཐའ་དང་ལྷན་པ་དང་སྤྲ་ནས་བྱ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་རྗེས་སུ་སྟོད་པའི་བག་ཡོད་པ་

ལྷ་སྟེ། དེ་དག་གྲང་རིམ་པ་ལྟར་འདས་པའི་དུས་སུ་ཉེས་པ་ནཱ་ས་ཆོས་བཞིན་དུ་བྱིར་  
བཅོས་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་དུས་སུ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱེད་པར་ནན་ཏན་དུ་སེམས་པ་  
དང་ད་ལྟར་ཡང་བརྟེན་པ་མེད་པར་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། བདག་རི་ལྷ་རི་ལྟར་སྟོང་  
ཅིང་གནས་ན་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྟོང་ཅིང་གནས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་དུ་  
རབ་ཏུ་སྦྱིམ་པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྟོང་ཅིང་གནས་  
པའོ། །འདི་ནི་གཙོ་བོར་སོ་ཐར་ལས་འབྱུང་བའི་བསྐྱབ་གཞི་ལ་བག་བྱེད་པའོ། །དེ་ལྷ་  
ལ་ཡང་བཞི་བ་རྩ་བ་སྟེ་དེ་ཡོད་ན་ལྷ་བ་སྟེ་ལ་བརྒྱ་ལ་དེ་མ་སྟེ་ས་པར་ཉེས་པ་བྱུང་  
ནའང་ཆོས་བཞིན་དུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གསོ་བ་འབྱུང་ངོ་། །ཆོ་ག་དང་འཆོ་བ་དག་པ་  
གཅིག་ཏུ་བྲས་པའི་ཆོ་གའམ་སྟོང་པ་དག་པ་ནི་གྲགས་པ་འདོད་ནས་དགེ་བ་མི་  
སྟོམས་པ་དང་སྤྲིག་པ་མི་འཆབ་ཅིང་སྟོགས་པ་དང་རན་ཉུང་རྟེན་པ་ལ་ཡིད་མི་བདེ་  
བ་མེད་པའི་འདོད་པ་རྒྱུར་བ་དང་བཟང་མང་འཕྲོ་བ་ལ་ལྷག་པར་དོན་དུ་གཉེར་བ་  
མེད་པའི་ཆོག་ཤེས་པ་དང་། གང་བ་དང་བཤེས་སྟོམ་སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་བཟོད་  
པ་དང་མ་རྟེན་པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་མེད་པས་གདུང་བ་མེད་པ་དང་དབང་པོ་དུལ་བ་  
དང་ཞི་བས་མི་ཁྲོད་པ་དང་ཡུལ་གྱི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བས་ཡེང་ཡེང་བོ་མ་ཡིན་པ་  
དང་སྟོང་ལམ་ནཱ་ས་མཛེས་ཤིང་“ཆུལ་”བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སྟོང་ལམ་རབ་  
ཏུ་ཞི་བའོ། །

འཆོ་བ་དག་པ་ནི། ཆུལ་འཆོས་སོགས་ལོག་འཆོ་ལྷ་དང་བྲལ་བའོ། །བསྐྱམས་  
སུ་ཟེན་གྲང་རྒྱ་དུག་གིས་ལེགས་པར་མ་བསྐྱམས་པ་སྟེ་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་

འཛིན་པ་ཀུན་སྒྲོང་དང་བཅས་པའི་དག་མ་དག་པ་བྱང་དུ་གསོད་པ་འཁོར་མི་འཛིན་  
པ་ཉེས་པ་མི་འཆོས་པ་ཆོག་དང་འཆོ་བ་མ་དག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཉེ། ལུས་  
དག་བསྐྱམས་ཀྱང་དུས་གསུམ་གྱི་འདོད་པ་ལས་སེམས་མ་བསྐྱམས་པ་དང་བསྐྱམས་  
སུ་ཟེན་ཀྱང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བཞེན་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་སྒྲུབ་མི་འདོད་པའོ། །འཁོར་མི་  
འཛིན་པ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འཁོར་བཅོད་པ་མི་འཛིན་པ་ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་ཡོན་ཏྲ་  
འོད་གྱིས་བཤད་དོ། །དགེ་བ་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་ནི།  
ལྷ་ཆོན་གཉིས་ལས་པར་བྱིན་དང་པོ་ལྷའི་ཉེར་གནས་ནི། དེམ་པ་ལྷར་དེ་དག་གི་མི་  
མ་སྤུན་ཕྱོགས་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པའི་སེར་སྒྲ་མོ་ཡང་དང་དུ་མི་ལེན་  
པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་གཞིར་གྱུར་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་ཁྲོ་བ་དང་ཁྲོན་འཛིན་སོགས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་དང་དུ་མི་ལེན་པ་དང་ཀུན་  
ནས་མནར་སེམས་དང་ཁྲོ་བ་དང་ཁྲོན་འཛིན་བྱུང་བ་དང་དུ་མི་ལེན་པ་དང་། དགེ་བ་  
ལ་མི་འདུག་པའི་ལེ་ལོ་དང་། ཉལ་བ་སྒྲོས་འབེབས་པ་འབྲེས་པ་མ་གྲུས་པའི་སྒྲོམ་  
ལས་བྱུང་བ་དང་དུ་མི་ལེན་པ་དང་བསམ་གཏན་གྱི་རོ་བྱང་བ་དང་དེའི་སའི་ཉོན་  
མོངས་སམ་སེམས་ལྷུ་མ་པ་དང་ཀློང་པ་སོགས་བྱུང་བ་དང་དུ་མི་ལེན་པར་སྒྲོང་  
བའོ། །མདོར་ན་མི་མ་སྤུན་ཕྱོགས་དེ་དག་བྱུང་རེས་གྱིས་གཉེན་པོ་བསྟེན་ནས་འགོག་  
ཅིང་དེ་དག་གི་དབང་དུ་གཏན་ནས་མི་གཏོང་བའོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ཉེར་གནས་ནི། དགེ་  
བའི་པན་ཡོན་དང་དགེ་བའི་རྒྱ་དང་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་མ་  
ལོག་པ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་བར་དུ་གཙོད་པ་ལྷ་ཇི་ལྷ་བ་བཞེན་དུ་ཤེས་ནས་མི་  
ཤེས་པ་ལྷ་དང་བར་དུ་གཙོད་པ་སྒྲོང་བའོ། །པན་ཡོན་ནི་ལྷ་མི་དང་བྱང་ཆུབ་གསུམ་



མོ། །རྒྱ་ནི་མངོན་མཐོ་དང་དེས་ལེགས་ཀྱི་རྒྱ་དགེ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དགེ་བ་ཤེས་ལ་བརྟེན་པ་དང་ཆོས་ཉན་པ་དང་སེམས་པ་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་ཞག་པ་བདེ་བ་གཙང་བ་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་བཞི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པས་དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ནི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ལྟ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཕྱིན་བྱུག་གི་དགེ་བའི་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་དང་དེའི་རྒྱ་ཤེས་ཤིང་བར་གཙོད་སྤར་བསྟན་པའི་ཕྱིན་བྱུག་གི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཤེས་ནས་སྤངས་པའི་སྒྲོན་པ་ཕྱིན་བྱུག་གི་དགེ་ཅ་སྤྱད་པ་ནི། དགེ་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱད་པ་དང་སྤྱར་བུ་སྤྱད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་ཀྱི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་བྱུག་ཏུ་མ་འདུས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བྱུག་གི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤངས་ན་བདེ་ལྷག་ཏུ་བསྐྱ་བར་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་ཉེར་གནས་ནི་ཕྱིན་སོགས་བདེ་ལྷག་ཏུ་འབྲུབ་པའི་རྒྱའི་དོན་ཏོ། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཤུན་སྤྲུལ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་གཅིག་གིས་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་པ་ལོ། །འདི་ནི་ཕྱོགས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་ཡང་ཕྱོགས་བྱ་དགོས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དམ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ལ་བྱ་བའམ་ཡང་ན་པན་འདོགས་པའི་སྒྲུབས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་བཅུ་གཅིག་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དོན་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་རེ་རི་ལྟར་རིགས་པར་སྒྲུབ་པ་ལོ། །

དེ་ལ་ཕྱོགས་བྱ་དགོས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ལ་གཉིས། བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་བྱེད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་བའི་ཕྱོགས་བྱེད་པ་ལོ། །བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་བྱེད་པ་ལ་

བརྒྱུད་ལས། བྱ་བ་སེམས་པ་ནི། གང་བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་ལས་འབྱོར་པ་དང་རྒྱུ་  
 བར་འགྱུར་བ་སེམས་པ་ལོ། །བྱ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི། ད་ལྟ་ཉིད་ནས་བྱ་བར་  
 དེས་བར་འཛིན་པ་སྟེ་དེ་གཉིས་ནི་ཐོགས་བྱེད་ལུགས་སེམས་པ་དང་ཐོགས་བྱེད་  
 པའི་ཁྱུང་འཛིན་པ་ལོ། །ལམ་དུ་འགྲོ་ཞིང་འོང་བ་འགྲོན་པ་དང་བྱི་བཞིན་འབྲང་བ་མེད་  
 པ་ལ་ནི་ལམ་གཙོ་བོ་པའི་ཐོགས་བྱེད་པ་ལོ། །ལས་ཀྱི་མཐའ་ལ་སྒྱུར་བའི་ཐོགས་ནི།  
 ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་ཞིང་ལས་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་སྟོན་པ་ལོ། །འོངས་སྒྱུད་  
 བསྐྱུང་བ་ནི། བསྐྱུངས་པའི་འོངས་སྒྱུད་རྒྱུན་པོ་སོགས་ཀྱིས་མི་འབྲེལ་བའི་ཐབས་  
 སྟོན་པ་ལོ། །བྱེ་བ་སྐྱུམ་པ་ནི། འཁོན་སྒྱུར་བའོ། །དགའ་སྟོན་ནི་ཉི་མ་དེས་པའི་བསོད་  
 རྒྱུ་ལས་ཀྱི་ལས་སོ། །བསོད་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་ནི། དུས་དེས་པ་མེད་པར་བསོད་རྒྱུ་ས་  
 ཚོམ་པ་སྟེ་དེ་དག་གི་ཐོགས་བྱེད་པ་ལོ། །དེ་དག་གི་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་འོངས་སྒྱུད་  
 མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་ལས་མཐའ་དང་བསྐྱུང་བ་ནི་སྟེལ་བ་དང་སྐྱུང་བའོ། །ཐ་  
 མ་གཉིས་ནི་འཕེལ་ཐོན་པ་ཡོན་གནས་ལ་འབྱུང་བའོ། །ཞེས་སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་  
 འོད་ཀྱིས་བཤད་དོ། །སྐྱུག་བསྐྱུང་བའི་ཐོགས་བྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། ལུས་ཀྱི་སྐྱུག་  
 བསྐྱུང་བཞི་པོ་ནད་པ་ལ་ནི། སྐྱུན་སྐྱུན་པ་དང་ནད་གཡོག་བྱེད་དོ། །དབང་པོ་ཉམས་  
 པ་ལ་ནི། འོང་བ་རྒྱུ་ས་ལ་འདོད་པའི་གནས་སུ་བྱིན་པར་བྱེད་པའི་ཉམས་སྟོན་  
 འོ། །འོན་པ་ལ་ནི། སྐྱུང་བ་དང་བསྐྱུན་པར་བྱ་བ་ལག་བརྒྱས་སྟོན་འོ། །ཡན་ལག་མེད་  
 པ་ལ་ནི། རང་གི་ལུས་སམ་བཞེན་པས་འདོད་པའི་གནས་སུ་སྐྱེལ་བའོ། །ལམ་གྱིས་  
 ངལ་བ་ལ་ནི། གནས་དང་ཐས་སྐྱུན་པ་ལ་སོགས་པས་ལུས་མཉེ་བའོ། །སེམས་ཀྱི་

སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་གསུམ་ལས་སྤྱི་བ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི། འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་སོགས་  
 སྤྱི་བ་པ་ལས་ཀྱུན་ནས་དགེས་པ་ལ་གདམས་ངག་བསྟན་པས་སེལ་ལོ། །བར་ཆད་  
 མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི། རྟོག་པ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་དགེས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་  
 གཉེན་པོའི་ཆོས་བསྟན་པས་སེལ་ལོ། །རྟོག་པ་བརྒྱད་ནི་འདོད་པ། གཞོད་སེམས།  
 རྣམ་འཛོམས་ཉེ་དུ། ལུལ་གྱི་མི་མི་འཆི་བའི་རྣམ་རྟོག་དང་། གཞན་གྱིས་ཁྱེད་དུ་གསོད་  
 པའི་རྟོག་པ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་དང་རིགས་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པར་འདོད་པའི་དབང་  
 གིས་བདག་ནི་རིགས་མཐོའོ། །ཞེས་པ་བྲིས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་དང་ལྷན་པའི་རྟོག་  
 པའོ། །གཞན་གྱིས་སྤྲོ་པ་བ་པའི་པམ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ནི། འཐབ་པ་ལ་རྒྱལ་པམ་འོང་  
 བ་འཛིག་རྟོག་གྱི་རིགས་པ་དང་བདག་མེད་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པ་འཛིག་རྟོག་ལས་  
 འདས་པའི་ཆོས་བསྟན་པས་སེལ་ལོ། །རིགས་པ་ལ་སྤོངས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ནི། ཉེས་  
 སྤྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྤྲོ་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་ནི་ཆོས་བསྟན་ཏེ་ཉེས་སྤྱོད་ལས་ལྷོག་པ་  
 ལེན་དུ་འདུག་པའོ། །ཆོས་སྟོན་པའི་ཚུལ་ནི་ཆོག་འབྲུ་འབྲེལ་བ་སོགས་བརྒྱད་དེ་དེ་  
 ཡང་བྱི་བ་གསུམ་ལ་“ཡོན་ཀྱི་ཉན་བཞི་དང་ལྷན་པའི་ལན་གྱིས་སྟོན་ཏེ་མི་ཤེས་ནས་  
 འདྲི་བ་ལ་ནི་ཆོག་འབྲུ་འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་”བ་སྟེ། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་དོན་དང་  
 དེའི་མཆོམས་སྦྱོར་བའི་“ལན་ནོ།” །འགལ་བའི་བྱི་བ་ལ་ནི་རྗེས་སུ་མ་སྟན་པ་དང་  
 རྗེས་སུ་“འཕྲོད་ལ་བ་སྟེ་ཆོས་ཉིད་དང་མ་སྟན་པ་དང་སྤྱི་བྱེད་དགོངས་པ་དང་མི་འགལ་

༡ ཡན  
 ༢ བསྟན  
 ༣ ལནན  
 ༤ འཕྲོད

བའི་“ལན”ནོ།

གཉིས་ཀ་འདྲི་བ་ལ་ནི་ཐབས་དང་ལྡན་པ་དང་འཆམ་པ་སྟེ་གོ་བར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་དང་གཏུལ་བྱ་དང་འཆམ་པར་གཤམ་པར་བྱེད་པ་དང་མཐུན་པ་དང་འབྲུས་སྦྱོང་  
 གི་ཆོགས་ཏེ་འཛིག་ཏེན་པའི་ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་པ་དང་མཐུན་པ་དང་འཕགས་པའི་ལམ་  
 གྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ལན་འདེབས་པའོ། །འབྲུས་སྦྱོང་ནི་ཏྲག་པ་དང་སྒྲིམ་པར་སྦྱོང་བ་སྟེ་  
 རྒྱན་དུ་གྲུས་པར་ཟག་པ་རྣམས་ལས་སེམས་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཡོན་ཏན་འོད་  
 ཀྱིས་བཤད་ཅིང་རྩི་ན་སུ་ཅ་ཡང་དེ་དང་མཐུན་ནོ། །ཕྱི་མ་གཉིས་རྟོགས་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་ནས་གདམས་ངག་འདྲི་བའི་ལན་དུ་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས་བཤད་ལ་རྩི་ན་སུ་ཅས་  
 གྲང་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པར་འཆད་དེ། དེ་དག་གི་ལྟར་ན་བྱི་བ་གསུམ་ཞེས་  
 བཤད་ཀྱང་བྱི་བ་བཞི་སྣང་ངོ། །ཡང་ན་འགྲོར་པ་ནི་འབྲེལ་བས་བཤད་དེ་སྤྱི་ཕྱི་མཐུན་  
 པས་སོ། །རྩིས་སུ་མཐུན་པ་ནི་འཕྲོད་པ་སྟེ་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པའོ། །ཐབས་དང་  
 ལྡན་པ་ནི་འཆམ་པ་སྟེ་གཏུལ་བྱ་དང་འཆམ་པས་སོ། །མཐུན་པ་ནི་འབྲུས་སྦྱོང་གིས་  
 ཏེ་ཆངས་སྦྱོད་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་ཟབ་པ་དང་སྤྲན་ཅིང་འཛེབས་པ་  
 “དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱ་བ་དང་མཉན་པར་འོས་པ་སྟེ་གསུང་  
 གི་ཡན་ལག་ལྔ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འབྲུག་སྒྲི་དང་རྣམ་སྤྲན་པ་དང་དགའ་བར་བྱེད་པ་  
 དང་རྣམ་པར་གསལ་བ་དང་མི་མཐུན་པ་མེད་པས་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །“ཆོག་  
 ཟུར་ཉི་ལྔ་རེ་རེའི་སྤྱི་མ་ཕྱི་མས་བཤད་པ་འདིས་ནི་བྱི་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོན་ཏན་བཞི་

༡ ལན

༢ དང

༣ ཆོག་ཟུར

དང་ལྷན་པའི་ལན་གདབ་པར་བསྟན་ཏེ། སྤྱི་མི་འགལ་བ་དང་ཆོས་ཉིད་དང་མི་  
འགལ་བ་དང་། གཏུལ་བྱ་དང་མི་འགལ་བ་དང་དོན་གྱི་མཆོག་དང་འབྲེལ་བའོ་ཞེས་  
ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་བཤད་དོ། །འདིར་གཞུང་ལས་ཡང་ན་ཐབས་མཁས་པས་ཀྱང་  
སྟོན་པར་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་ཆོག་འབྱུང་བཟུང་གི་སྟོན་སྲུང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་  
ཉེས་སྦྱོད་ཅན་རྣམས་ཉེས་སྦྱོད་ལས་ལྡོག་པའི་ཆོས་སྟོན་པ་བཞིན་དུ་སེར་སྤྲུལ་ཅན་ལ་  
སོགས་པ་རྣམས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་ཡང་དེ་ལྟར་སྟོན་པའོ། །ཡང་  
ན་ཐབས་གྱིས་འགྲམ་པ་དང་དཔྱད་བྱུང་བར་མི་འབྱུང་བར་ཆོས་སྟོན་པ་ནི་ཐབས་  
མཁས་པའོ། །ཆེ་འདི་ལ་ཡང་དག་པ་དང་“ཆོག་མཁན་ཁྱེད་ཀྱིས་ལོངས་སྦྱོད་སྦྱབ་པ་  
དང་སྤང་བའི་ཐབས་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་ལ་སྤང་བ་རྣམས་དད་པ་བསྐྱེད་ནས་འཇུག་  
པར་བྱེད་ལ་ཁྱེད་མཁན་པ་ནི་མཐོང་སྤང་གི་ཉོན་མོངས་སྤོང་ཞིང་ལྟ་བ་རྣམས་པར་དག་པས་  
ངན་སོང་ལས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་ཕྱུལ་གྱི་ཆོས་སྟོན་ཅིང་། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་  
ལ་ཀུན་སྦྱོར་ལྷག་མ་སྤོང་བའི་ཐབས་སྟོན་ནོ། །ཕན་འདོགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ནི།  
མཐོང་བ་ན་གྲུས་པར་བྱས་ཏེ་ཆུར་བྱོན་ལེགས་པར་བྱོན་ཏོ་ཞེས་སྤྲི་ཞིང་དགའ་བར་  
བྱེད་སྟོན་དང་གནས་སྦྱིན་པས་བསྐྱེད་ཞིང་ཆེད་བཀུར་གྱིས་ཕན་བཏགས་པ་དེ་དང་  
མཉམ་པའམ་ལྷག་པས་ཕན་འདོགས་ཀྱི་ཆུང་“དུས་འདི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱ་བ་ལ་  
ཡང་མ་བཅོལ་བར་གྲོགས་བྱེད་ན་བཅོལ་ན་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེ་བཞིན་དུ་རྩ་འཁྱུལ་གྱིས་  
སྤྲི་ཅིང་འདུན་པར་བྱ་བའི་བར་གྱི་དོན་བྱེད་བ་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་བྱེད་དོ། །

འཛིགས་པས་ཉེན་པའི་སྦྱབས་བྱེད་པ་ནི། སེང་གེ་དང་སྟག་ལ་སོགས་པ་དུད་

༡ ཆོག་མཁན་

༢ དུས་

འགྲོ་ཐང་ལ་གནས་པ་དང་ཚུའི་སྐྱོང་དངོས་སམ་དེ་ན་གནས་པའི་སློབ་ཆགས་ཆུ་སྤོང་  
འཛིན་ཁྱི་སོགས་དུད་འགྲོ་ཆུ་ལ་གནས་པ་གཉིས་དང་ཆད་པ་དང་ནན་ཐུར་གྱི་མ་ཐུ་  
དང་ལྷན་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་། མ་ཐུ་དང་འཇམ་བུས་ཁོར་འཕྲོག་པའི་ཆོས་རྒྱན་དང་ཁོར་  
ལ་སོགས་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བའམ་དབྱེ་བོ་དང་རིས་སྤུ་བཅད་པའི་  
ཉི་ཆེ་བའི་ཁྱོན་ལ་དབང་བའི་ཇོ་བོ་དང་བདག་པོའི་འཛིགས་པ་སྟེ་མིའི་འཛིགས་པ་  
བཞི་དང་། གཅེས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་གསུམ་པོ་ཡོ་བྱད་དང་། ལེགས་པར་སྦྱོད་པ་དང་།  
སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་དང་མི་ལྷན་བས་འཆོ་བ་མེད་པའི་འཛིགས་པ་དང་། མི་སྣུན་པའི་  
འཛིགས་པ་དང་། འཁོར་དུ་བག་ཆ་བའི་འཛིགས་པ་དང་། མི་མ་ཡིན་པ་གཉིས་པོ་  
དང་པོ་ནས་མི་མ་ཡིན་དུ་སྦྱེ་བ་སྤངས་པའི་བྱད་པར་དང་རིགས་པས་བསྐྱབས་པའི་  
བྱད་པར་སྤྲགས་བཏབ་པས་རོ་ལངས་སུ་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་དག་གི་འཛིགས་པ་ལས་  
སྐྱབས་བྱེད་པའོ། །ཕྱ་ངན་གྱིས་གཟེར་བའི་ཕྱ་ངན་སེལ་བ་ལ་གཉིས། གཉེན་བཤེས་  
དང་བྲལ་བའི་ཕྱ་ངན་དང་། ལོངས་སྦྱོད་དང་བྲལ་བ་ཕྱ་ངན་ནོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ་ལས་  
སྦྱེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་གཉེན་དང་བྲལ་བ་ནི། བ་མ་ཤི་བའོ། །ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་  
དང་འབྲས་བུའི་གཉེན་དང་བྲལ་བ་ནི། བུ་དང་ཚུང་མ་ཤི་བའོ། །དག་ཉན་པའི་གཉེན་  
དང་བྲལ་བ་ནི། བྲན་པོ་མོ་དང་ལས་བྱེད་པ་དང་ཞོ་ཤས་འཆོ་བ་ཤི་བའོ། །པན་  
འདོགས་པ་དང་བྲམས་པའི་གཉེན་དང་བྲལ་བ་ནི། མཛའ་བཤེས་དང་གྲོས་གྲོགས་  
དང་ཉེ་དུ་གཞན་དང་ཀན་རབས་ཤི་བའོ། །པན་པ་སྟོན་པའི་གཉེན་དང་བྲལ་བ་ནི།  
མཁན་སློབ་དང་སླ་མ་ལྟ་བུ་ཆངས་པར་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་ཤི་བའི་ཕྱ་ངན་  
ནོ། །ལོངས་སྦྱོད་བྲལ་བ་ལ་གཉིས། འཛིག་ཉེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་

དང་། ཁ་ཅིག་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ། །དང་པོ་ཐམས་ཅད་དང་ཐུན་མོང་བ་ནི། རྒྱལ་  
པོ་དང་ཆོམ་རྒྱན་གྱིས་སློགས་པ་དང་མེས་ཆེག་པ་དང་རྒྱུས་ཁྲིར་བའོ། །ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པ་ལ་གཉིས། བདག་གིས་ཚུལ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ལས་གྱུར་བའོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས་ལས་འོངས་སྟོད་སྟངས་ལ་ཚུལ་མ་ཡིན་པ་ནི། གཏེར་དུ་སྟེད་པ་མ་ལེགས་  
པས་རྒྱད་ཅོས་བའོ། །འོངས་སྟོད་སྟུབ་པ་“ཚུལ་མ་ཡིན་པ་ནི། སྟུབ་པའི་ལས་ལ་  
ནན་ཏན་ལེགས་པར་མ་བྱས་པས་མ་རུང་བར་གྱུར་བའོ། །གཞན་ལས་གྱུར་པ་ལ་  
ཡང་གཉིས་ལས་བགོ་སྐལ་ལ་སྟོད་པའི་དབང་གིས་སྟུག་བསྐལ་བ་ནི། བགོ་སྐལ་ལ་  
སྟོད་པ་མི་མཛའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྲིར་བའོ། །འདི་ལ་འབྲེལ་པ་ཁ་ཅིག་ཏུ་གཉེན་མི་  
མཛའ་བས་ཁྲིར་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་པ་འདྲའོ། །རང་གི་ཁྲིམ་ནས་བྱུང་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྟུག་བསྐལ་བ་ནི། ཁྲིམ་དུ་ཁྲིམ་གྱི་ཕྱང་གོལ་བ་བྱུང་བའོ། །འདི་ལ་  
འབྲེལ་པ་ཁ་ཅིག་ཏུ་རིགས་སུན་འབྲེན་པ་འབའ་ཞིག་སྐྱེས་པ་དང་“དེའི་འཁོར་སྟོད་  
མི་ཤེས་པས་འཐོར་བ་ལ་འཆད་དོ། །དེ་ལྟར་གཉེན་དང་འོངས་སྟོད་ཀྱི་གཞི་དེ་དག་  
ལས་ཐུང་ན་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་སྐྱེས་པ་རྣམས་མི་རྟག་པ་བསྟན་པས་སེལ་བར་བྱེད་  
དོ། །དེ་ལ་མ་ལ་སོགས་པ་ཤི་བ་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཆེན་པོ་དང་བྲན་ལ་སོགས་པ་ཤི་བ་  
ལས་བྱུང་བ་ནི་འབྲིང་དང་འོངས་སྟོད་བྲལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྒྱུང་དུ་འཕྲུལ་ཡང་ན་  
མཐོ་བ་དང་བཅས་པ་ལས་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་འཆད་དོ། །

ཡོ་བྱད་ཀྱིས་པོངས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ལ་བྱུག་ལས། འཆོ་བས་པོངས་པའི་  
སྟུག་བསྐལ་བ་ལ་ནི། ཟས་དང་སྒོམ་འདོད་པ་ལ་དེ་དག་སྦྱིན་པའོ། །དུབ་པའི་སྟུག་

༡ རྒྱལ་

༢ དཔེ

བསྐྱེད་པ་ལ་ནི། ཐཱཱ་མོ་བཟང་བཞོན་པ་འདོད་པ་རྣམས་ལ་དེ་དག་སྦྱིན་པ་ལོ། །རྩི་ཆ་སྦྱོར་  
བའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི། ཐོས་དང་རྒྱན་འདོད་པ་རྣམས་ལ་དེ་དག་སྦྱིན་པ་སྦྱོར་ཐོས་  
དང་རྒྱན་མ་འཁྱོར་ན་རྩི་ཆ་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོ་བྱད་མི་ལྡན་པའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་  
ནི། སྦྱོར་སྦྱུད་འདོད་པ་ལ་དེ་དག་སྦྱིན་པ་ལོ། །དེ་ར་བའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི། སྦྱོས་  
དང་མེ་ཉོག་ཐེང་བ་དང་བྱུག་པ་འདོད་པ་ལ་དེ་དག་སྦྱིན་པ་ལོ། །གནས་དང་སྤང་བས་  
ཐོངས་པའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི། འདུག་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་དང་བཙུན་འབྱུས་  
ཚུམ་པ་མར་མེད་སྤང་བ་འདོད་པ་ལ་དེ་དག་སྦྱིན་པ་ལོ། །གནས་ལ་སྦྱོན་པར་འདོད་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། བསམ་པ་གང་གིས་འཁོར་སྤྱད་པ་ནི། གྲགས་  
པ་དང་རྟེན་བཀྲུང་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཀྱི་སྦྱིང་བཅེ་བའི་སེམས་ཁོ་ན་སྦྱོན་ཏུ་བཏང་སྦྱོར་  
ཟང་ཟེང་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་གནས་སྦྱིན་པ་ལོ། །སྦྱོར་བ་གང་གིས་སྤྱད་  
པ་ལ་གཉིས། ཟང་ཟེང་གིས་སྤྱད་པ་དང་། ཆོས་ཀྱིས་སྤྱད་པ་ལོ། །དང་སོ་ལ་གཉིས་  
ལས། ས་རོལ་ལས་བཅའ་བ་ནི། བསྐྱེད་པའི་འཁོར་དེ་དག་གི་ཕྱིར་ཏུ་སྦྱིན་བདག་  
དད་པ་ཅན་རྣམས་ལས་ཆོས་དང་མཐུན་པར་གོས་ཟས་མལ་ཆ་སྟན་ན་བའི་གསོ་སྦྱོན་  
དང་ཡོ་བྱད་རྣམས་ཆོལ་བའོ། །རང་གི་ཡོ་བྱད་སྟན་མོང་ཏུ་བྱེད་པ་ནི། རང་གིས་གོས་  
ལ་སོགས་པ་ཆོས་མཐུན་ཀྱིས་རྟེན་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྟན་མོང་ཏུ་སྦྱོད་པ་ལོ། །ཆོས་  
ཀྱིས་སྤྱད་པ་ལ་གཉིས་ལས་གདམས་དག་སྦྱིན་པ་ནི་བརྒྱད་དེ། སེམས་མི་གནས་པ་  
དམིགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་ཏུ་གདམས་དག་ལྟ་སྦྱོར། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་  
གཉི་སྦྱུག་དང་ར་རྒྱལ་དང་རྣམ་རྟོག་གས་ཆེ་བ་ལ་རིམ་པ་བཞེན་ཏུ་མི་སྦྱུག་པ་དང་  
བྱམས་པ་དང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་དང་ཁམས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་



“དབྱུགས་<sup>༡</sup>་འབྱུང་རླབ་རྗེས་སུ་བྲན་པའོ། །སེམས་གནས་པ་ལ་རང་གི་དོན་ཐོབ་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་རྟག་ཆད་དུ་ལྟ་བའི་གཉིན་པོར་རྟག་ཆད་དང་བྲལ་བའི་དབྱ་མའི་ལས་  
སྟོན་པའི་གདམས་ངག་གཅིག་གོ། །ལམ་མངོན་སུམ་དུ་མ་བྱས་པར་བྱས་སོ་སྟམ་པ་  
དང་འབྲས་བྱ་མ་ཐོབ་པར་ཐོབ་སོ་སྟམ་པའི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་འདོར་དུ་འཇུག་པའི་  
གདམས་ངག་གཉིས་ཏེ། གནས་པ་དང་ནམ་པར་སྐྱུར་བ་དང་སྐྱོར་བ་འདོར་བ་གསུམ་  
དུ་བསྐྱའོ། །རྗེས་སུ་བསྟན་པ་སྟེན་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། ཁན་མ་ཐོབ་དང་བཅས་པ་ནི་མི་རུང་  
ངོ་ཞེས་དགག་པ་དང་ཁན་མ་ཐོབ་མེད་པ་ནི་རུང་ངོ་ཞེས་གནང་བ་དང་བཀག་པ་ལ་  
སྐྱོད་ན་དེ་ལས་ཕྱོག་པའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་གཏོང་ན་ཆར་  
བཅད་པ་དང་གནང་བཀག་མ་ཞོར་བར་སྐྱོད་པ་ལ་དགའ་བར་བྱ་བའོ། །སེམས་  
མ་སྟན་པ་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། མདོར་བསྟན་པ་ནི། བྱང་སེམས་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དང་མ་སྟན་པར་བྱེད་པ་ན་དང་པོར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་  
པ་དང་རང་བཞིན་དང་ཁམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་གང་དག་དང་ཇི་ལྟར་  
སྟན་ཅིག་གནས་པར་བྱ་བ་དེ་ལྟར་གནས་པ་དང་སེམས་ཅན་གང་དག་ལ་ཇི་ལྟར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་ལྟར་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་བསམ་པ་ནི། སེམས་པ་སྟེ་དགོ་མི་  
དགོ་དང་ཞེ་སྤང་དང་བྱམས་པ་གང་གི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པའོ། །རང་བཞིན་ནི་མོས་  
པ་སྟེ་ཐེག་པ་གང་ལ་མོས་པ་བརྟགས་ཏེ་མོས་པ་དེ་དང་ཁམས་ནི་བག་ལ་ཉལ་ཏེ་དེ་  
དག་དང་མ་སྟན་པར་བྱེད་པའོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། བན་གཞི་དལ་སྟོས་པ་ནི། སེམས་ཅན་དང་མ་སྟན་

བར་བྱེད་པའི་ལུས་ངག་གི་སྒྲིང་བ་གང་གིས་སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་  
 མི་བདེ་སྐྱེ་བར་སྤང་ན་འདི་ལྟར་བརྟག་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་དེས་སེམས་  
 ཅན་དེ་མི་དགོ་བ་ལས་བསྐྱང་སྟེ་དགོ་བ་ལ་འཛོག་པར་མི་འགྱུར་ན་བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
 སྒྲིང་བ་དེ་འབད་ནས་སྤངས་ཏེ་དེའི་སེམས་དང་མ་ཐུན་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་དེས་གཞན་དགོ་བ་ལ་འཛོག་པར་རུས་ན་ནི་གཞན་ལ་སྤྱིང་  
 བཅེ་བ་ཁོ་ན་ཉེ་བར་གཟུང་ནས་གཞན་གྱི་སེམས་དང་མ་ཐུན་པར་མི་བྱ་བར་སྒྲིང་བ་  
 དེ་བྱ་དགོས་ཏེ་ཕུགས་སུ་དེ་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིང་བ་དེས་མ་ཐུན་  
 བར་བྱ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བསྐྱེད་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་བ་ལ་བསྐྱེད་  
 བར་སྤང་ན་ཡང་སྒྲིང་བ་དེ་གཏོང་མི་གཏོང་གི་ཚུལ་ཡང་སྤྲ་མ་དང་འདྲའོ། །གཞན་  
 དང་མ་ཐུན་བ་སྤྱབ་པའི་སྒྲིང་བ་མ་ཡིན་པའི་རང་གི་ལུས་ངག་གི་སྒྲིང་བས་གཞན་ལ་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱེ་བར་སྤང་ན་དེ་ལ་ཡང་རང་གི་བཅས་པའི་ནང་དུ་མི་གཏོགས་བ་དང་  
 ཚོགས་གཉིས་དང་མི་ལྡན་བ་དང་གཞན་མི་དགོ་བ་ལས་བསྐྱང་སྟེ་དགོ་བ་ལ་འཛོག་  
 བར་མི་འགྱུར་ན་གཞན་གྱི་སེམས་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་བཏང་ལ། དེ་གསུམ་ལས་བརྒྱུག་  
 བ་ཡིན་ན་སྤྱིང་བཅེ་བ་ཁོ་ན་ཉེ་བར་བཟུང་ནས་འཇུག་པར་བྱའི་གཞན་གྱི་སེམས་དང་  
 མི་བསྐྱུན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ངག་གི་སྒྲིང་བ་གང་གིས་པ་རོལ་ལ་འབྲལ་དུ་བདེ་བ་  
 དང་ཡིད་བདེ་སྐྱེ་བར་སྤང་ལ་ཕུགས་སུ་ཡང་ཕན་ན་ནི་འཇུག་ལ་ཕུགས་སུ་གཞོད་ན་  
 བྱི་གཞན་དང་མི་བསྐྱུན་པ་སོགས་ཀྱང་སྤྱིང་བཞིན་རིག་པར་བྱའོ། །ཡང་བྱང་སེམས་  
 སེམས་ཅན་དང་མ་ཐུན་པར་བྱེད་པ་ན་གཞན་ཁོ་བའི་ཀྱན་དགྲིས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་  
 དགྲིས་པ་ལ་ཁོ་བ་མ་ཞི་བའི་བར་དུ་དེའི་བསྐྱགས་པ་ཡང་མི་བརྗོད་ན་བསྐྱགས་པ་མ་

ཡིན་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ་ཤད་སྤང་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །དོམ་གཟུམ་ཅན་འདིག་ཉེན་གྱི་  
"ཚུལ་ཀྱི་མི་ཤེས་པ་གཞན་མི་སྤྲོ་བ་ལ་ཡང་སྤྲོ་ཞིང་དགའ་བར་བྱེད་ན་"ཚུར་ཀྱི་སྤྲོ་  
ཞིང་དགའ་བར་བྱེད་པ་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས། གཞན་དག་སྤྲོ་འབེབས་པ་ན་དེ་ལ་འཇུག་པར་  
མི་བྱེད་དེ་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྤྲོང་བ་ཅེ་བའི་ཕྱིར་སྤྲོ་འབེབས་པ་ཟད་དེ་དབང་པོ་རྣམས་  
རབ་རྒྱ་ཞི་བས་བྱེད་དོ། །སྤྱི་པོ་མང་པོའི་ནང་དུ་སྤྲོ་འབབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཕྲ་  
བར་མི་བྱེད་ལ་བསྤྲོང་བ་དང་བག་འཁུམས་པར་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །བདེ་བ་ལ་མི་རེག་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འགྲོད་པ་སྤྱིད་པར་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །ཆད་པས་བཅད་ཅིང་སྤྲོ་མཁ་  
ཟེན་པ་ལ་ཡང་ཆད་པའི་གཞན་གྱིས་མི་སྤྲོང་སྤྲོངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགའ་བ་ཤས་  
ཚུང་བ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་བདག་ཉིད་མཐོ་བར་མི་སྤྲོན་ཏེ་ཁྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །གཞན་དག་ལ་མི་སྤྲོན་པར་ཡང་མི་བྱེད་དེ་བཤེས་ཤིང་འདིས་པ་མེད་པར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཏ་ཅང་སྤྲོན་པར་མི་བྱེད་དེ་རྟག་དུ་འགྲོགས་པས་པ་རོལ་གྱི་བྱ་  
བ་ལ་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བས་མི་དགའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དུས་མ་ཡིན་པར་སྤྲོན་པར་ཡང་  
མི་བྱེད་ཀྱི་དུས་དུས་སུ་སྤྲོན་པ་སྤྲོ་དེ་གསུམ་ནི་འགྲེལ་བ་འཆད་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །གཞན་གྱི་མདུན་དུ་དེའི་མཛའ་པོ་ལ་སྤོད་པ་དང་མི་མཛའ་བ་ལ་བསྐྱུགས་པ་མི་  
བརྗོད་དེ་མི་དགའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་འདིས་པ་ལ་ཡིད་ཚིན་པར་མི་བྱེད་དེ་རྣམ་པ་  
གཞན་དུ་སེམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །པར་ལ་རྒྱུན་དུ་མི་བསྐྱང་ཞིང་ཚུར་ལ་བྱིན་པ་ལ་ཡང་  
ཆོད་ཤེས་པར་བྱ་སྤྲོ་སྤྱོ་བ་དང་མ་དད་ཅིང་འཕྲ་བ་དང་ཕྱིར་ཞིང་མི་སྤྲོར་བ་དང་ཆོག་  
པ་ཟ་བ་དང་བྱིན་ན་ཡང་བརྟམས་པ་སྤྱི་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཟས་སྟོམ་སོགས་ལ་པོས་ན་ཡང་

༡ ཚུལ་

༢ ཚུང་

མི་སྤངས་སྟེ་བསམ་པའི་བར་ཆད་དུ་མི་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

ཡང་ན་ཆོས་མ་སྤྱོད་གྱིས་ཤད་སྤྱང་བྱ་སྟེ་ཁ་ཉོན་ནམ་བསམ་གཏན་ནམ་  
བསྟེན་རྫོགས་བྱེད་དོ་ཞེས་མི་དགའ་བ་མེད་པར་བྱའོ། །དོན་ཆན་དེ་དག་རེ་རེའི་  
མགོར་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་གཞན་གྱི་སེམས་དང་མ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཞེས་  
སྤྱར་རོ། །ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ནི། དད་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་  
ཐོས་པ་དང་གཏོང་བ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ལ་དེ་དང་དེའི་གཏམ་  
གྱིས་གཞེངས་བསྟོད་པའོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་དང་གཏོང་བ་ནི་ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་ཕྱན་  
སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་སྟེ་མངོན་མཐོང་རྒྱའོ། །ཤེས་རབ་ནི་ངེས་ལེགས་ཀྱི་རྒྱའོ། །དེ་  
འདྲེན་པ་ནི་ཐོས་པའོ། །དད་པ་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱའོ། །ལོག་པར་ཞུགས་  
པའི་ངན་བྱེད་པ་ནི། ཉེས་པ་དང་འགའ་བ་རྒྱང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལ་བསམ་པ་མ་  
འཇུགས་པ་དང་སྤང་བ་མེད་པས་ཆོག་གིས་སྤྱད་བབ་པ་རྒྱང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་བྱ་སྟེ་  
ཆད་པས་གཅོད་པ་ཡང་དེ་དང་འབྲའོ། །ཉེས་པ་རྒྱང་འབྲིང་ལ་ནི་དེ་དང་གཞན་དག་ལ་  
སྟོང་བཅེ་བའི་བསམ་པས་སྤང་དགུག་པའི་བྱིར་རྒྱ་བ་གཅིག་གཉིས་སམ་ལོ་འགའ་  
ཅམ་རེ་ཞིག་བསྐྱད་པར་བྱའོ། །ཉེས་པ་ཆེན་པོ་ལ་ནི་དེ་དག་ལ་སྟོང་བཅེ་བས་དེ་དག་  
བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་མང་དུ་འདྲིན་པར་མི་འགྱུར་བ་དང་གཞན་ལ་ཡང་པན་པར་  
འདོད་པས་བྱིན་ཆད་འགྲོགས་པ་དང་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱ་བ་དང་། རེ་སྤྱད་འཆོ་ཡི་  
བར་དུ་ཚུར་མི་དགུག་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱད་དོ། །བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་ནི་མི་  
རིགས་པར་དད་པས་བྱིན་པ་ལོངས་སྟོང་པ་དང་ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྟོང་པ་དག་  
ལས་ཕྱག་ལ་ཆོགས་པ་བདག་གིར་བྱེད་པའོ། །དེ་ལ་ཉེས་པ་ནི་བྱ་བའི་རིགས་པ་མི་

བྱེད་པའོ། །འགྲལ་བ་ནི་བྱ་བའི་མི་རིགས་པ་བྱེད་པའོ་ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་  
གྱིས་བཤད་དོ། །རྩ་འབྲུལ་གྱིས་གདུལ་བར་བྱ་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་  
གཉིས་ལས། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་སྐྱག་པར་བྱ་བ་ནི། ཆ་གང་གི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་  
ནཱ་ས་སྒྲུལ་ནས་མིར་གྱུར་པས་ཉེས་སྦྱོད་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་མི་སྐྱག་པ་འདི་ལ་  
ཁྱོད་ལྟོས་ཤིག་ཅེས་སྦྱོ་བར་བྱས་ནས་ཉེས་སྦྱུད་སྦྱོར་དུ་འཇུག་པ་དང་། སེམས་ཅན་  
ཁ་ཅིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཁོར་ཆེན་པོའི་ནང་ན་འདུག་པ་ལ་བྱི་བས་སྦྱ་དབབ་  
པས་ཆིག་མི་བཅུན་པར་བྱ་བར་འདོད་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལག་ན་དོ་རྒྱུ་ལས།  
གཞོད་སྦྱིན་ཁ་དོག་དཔའ་ཞིང་ལུས་དང་སྟོབས་ཆེ་བ་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་སྒྲུལ་ནས་  
འཛིགས་ཤིང་སྐྱག་པར་བྱེད་དེ། དེས་ཡིད་ཆེས་པ་སྦྱེས་ཤིང་གྲུས་པར་གྱུར་པ་ན་བྱི་  
བ་ལེགས་པ་ཁོ་ནར་ལན་འདེབས་སུ་གཞུག་པ་དང་སོ་སོར་བྱིས་པ་ལན་བཏབ་བ་  
དེས་སྦྱེ་བོ་པལ་བོ་ཆེ་དེ་དག་འདུལ་བའོ། །འདི་ནི་འཁོར་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ལ་གཞོད་པ་བྱ་བའི་བསམ་པས་མི་སྦྱ་བ་ལ་བྱིར་བྱིས་པའི་ལན་འདེབས་སུ་  
གཞུག་པའི་བྱིར་དུ་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་སྐྱག་པར་བྱས་ནས་བྱིས་པ་ལན་འདེབས་སུ་  
བཅུག་པ་ཡིན་པར་ངེ་ན་སུ་ཏ་སོགས་འཆད་དོ། །རྩ་འབྲུལ་གྱིས་འདུན་པར་བྱ་བ་ནི།  
གཅིག་ཏུ་གྱུར་ནས་མང་པོར་འགྱུར་བ་དང་མང་པོར་གྱུར་ནས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
དང་ཅིག་པ་དང་རི་དང་ར་བ་ལ་ལུས་ཀྱིས་ཐོགས་པ་མེད་པར་ཐད་ཀར་འགྲོ་བ་ནས་  
ཆངས་པའི་འཛིག་ཉེན་གྱི་བར་དུ་ལུས་ཀྱིས་དབང་བྱེད་པ་དང་། སྟོད་ནས་མེ་འབར་  
བ་དང་། སྦྱད་ནས་ཆུ་འབབ་པ་སོགས་ཆོ་འབྲུལ་སྐྱགས་སུ་སྟོན་པ་དང་། མེའི་ཁམས་

ལ་སྟོམས་པར་འདུག་པ་སོགས་བསྟན་པས་<sup>༡</sup>འདུན་<sup>༡</sup>ཞིང་མགྲུ་ལ་དགའ་བར་བྱས་  
ནས་མ་དང་བ་དང་<sup>༢</sup>ཚུལ་<sup>༢</sup>ཁྲིམས་འཆལ་བ་དང་ཐོས་པ་ཉུང་དུ་དང་སེར་སྣ་ཅན་དང་  
ཤེས་རབ་འཆལ་བ་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་དང་བ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཐོས་པ་དང་  
གཏོང་བ་དང་ཤེས་རབ་ཕྱན་སྲུང་ཆོགས་པ་ལ་འགོད་པའོ། །

དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་གི་གྲངས་འབྲེལ་བ་གཞན་རྣམས་ནས་གཞན་དུ་བཤད་  
ཡང་སྤར་བཤད་པ་དེ་སྟོམས་པ་ནི་ཤུ་བའི་དགའ་འབྲེལ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ་  
གཞུང་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་གྲོགས་དང་ན་བ་དང་སྤྱུག་བསྐལ་བའི་གྲོགས་བྱེད་པ་  
གསུམ་ག་གཅིག་དུ་བསྐྱས་པ་དང་ཤིན་དུ་མཐུན་ནོ། །རྩི་ན་སྤྱ་འཕྲས་བདག་གི་བསོད་  
ནམས་འཕེལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱས་པའི་དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་པ་ནི་གཞན་དག་ལ་པན་  
གདགས་པ་སྐྱབ་པའི་བསམས་པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱ་འབྲུར་  
རོ། །ཞེས་དངོས་སྤྱ་གཞན་གྱི་དོན་མི་བྱེད་ཡང་གཞན་དོན་དུ་དམིགས་ནས་བྱས་པ་  
ཡང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱ་བཤད་ཡང་འདྲིར་དངོས་སྤྱ་སེམས་  
ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དངོས་སྤྱ་མི་བྱེད་པའི་  
ཆེ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་མི་ལྡན་པར་ཐལ་བའི་སྟོན་མེད་དེ།  
དངོས་སྤྱ་སྤར་བྱ་སྟོམས་པའི་སེམས་མེད་པ་ཡིད་གཞན་དུ་གཡེངས་པ་དང་གཉིད་ལོག་  
པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་སྟོམས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །སེམས་བསྐྱེད་དང་ཡི་དམ་  
ལྟངས་པའི་ཆོ་ག་ལས། ལས་དང་པོ་པ་ལ་ནི་སྟོམས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ན་ཡི་དམ་གྱི་སྤྱོད་པའོ། །མོས་པའི་སྤྱོད་པ་ཅན་ལ་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་

༡ འདུན

༢ ཚུལ

ཚུལ་ཁྲིམས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྟོང་པའོ། །ས་ལ་བཞུགས་པ་  
ལ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་སེམས་མགྲུ་བའི་སྟོང་  
པའོ། །ཞེས་གཙོ་ཆེ་ཆུང་གིས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཀྱང་སྟོམ་པ་སྒྲངས་པའི་དུས་ཉིད་  
ནས་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་  
རིང་ལ་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་གནད་དུ་འགོ་དཀའ་བ་ལ་སྟོབ་དཔོན་འདིས་དོན་བྱ་  
བའི་ཡུལ་སེམས་ཅན་གྱི་རྣམ་དབྱེད་དང་། དེ་དག་གི་དོན་བྱེད་ཚུལ་རྣམས་གསལ་བར་  
གསུངས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བས་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་དག་དང་  
མཐུན་པར་གཞན་གྱི་དོན་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་བསྟུ་བ་ནི།  
བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་བོ་གསུམ་པོ་སྟོམ་པ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་གཏོགས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་བོ་དེ་  
དག་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐའ་ཡས་པ་བསྟུས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱང་  
བསོད་ནམས་ཀྱི་སྤང་བོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་བྱང་ས་  
ལས་བཤད་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། བྱང་སའི་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བར་ནི་  
འདུལ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བསྟུས་ཏེ་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་གསུམ་མོ། །དེ་  
ལ་སྟོམ་པ་ནི་སོ་སོ་ཐར་པ་རྒྱས་བཤད་དང་བཅས་པ་ནས་ངེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་  
སྟོབ་པའོ། །དགེ་བ་སྤྱད་པ་ནི་སེམས་བྱུག་ལ་བརྟགས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ།  
བསྟུ་བ་ལས། འདུལ་བ་ནི་བསྟུ་ན་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རིགས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཞིག་བཙོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་འདུལ་བ་ལ་དང་པོར་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་

འདུལ་བ་ནི་ལྟར་བསྐྱས་པ་དེ་ནི་འདུལ་བ་བསྐྱས་པ་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ།

དག་གི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུལ་བ་བསྐྱས་པ་གང་ཞེ་ན། དག་གི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བརྩོན་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་མདོར་བསྐྱེད་སེམས་བྱུག་ལ་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ་བྱུག་གང་ཞེ་ན། བྱང་དུ་གསོད་པའི་སེམས་དང་ལེ་ལོ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དང་སྐྱིབ་པའི་སེམས་དང་བརྩལ་བས་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བའི་སེམས་དང་གཞོད་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དང་བར་ཆད་དང་ལྡན་པའི་སེམས་སོ། །དེ་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་དག་གི་ཆོས་རྣམས་ལ་སྤང་བར་སེམས་པ་ཉིད་དང་མི་མོས་པའི་སེམས་ཉིད་དང་བརྟེན་པའི་སེམས་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱང་དུ་གསོད་པའི་སེམས་ཞེས་བྱའོ། །ལེ་ལོ་དང་གྲག་ངལ་དང་བག་མེད་པས་ཀུན་ནས་དགྱིས་པའི་སེམས་ནི་ལེ་ལོ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཞེས་བྱའོ། །འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་གང་ཡང་རུང་བས་ཀུན་ནས་དགྱིས་པའི་སེམས་ནི་སྐྱིབ་པའི་སེམས་ཞེས་བྱའོ། །བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་ཤིང་གནས་པའི་ལུས་ཀྱི་ངལ་བ་དང་སེམས་ཀྱི་འཁྲུག་པས་ཟེལ་གྱིས་ཞོན་པའི་སེམས་ནི་བརྩལ་བས་ཡོངས་སུ་ངལ་བའི་སེམས་ཞེས་བྱའོ། །གཞོད་པ་གང་ཡང་རུང་བས་ཟེལ་གྱིས་ཞོན་པའི་སེམས་སྐྱོར་བཟོད་པའི་མཐུ་མེད་པ་ནི་གཞོད་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱོད་པ་ལ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པ་བར་ཆད་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ནི་བར་ཆད་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སེམས་དེ་དག་སྐྱེས་པ་ན་དང་དུ་སྤངས་པ་དང་མ་སྤངས་པ་ལ་ཉིས་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་ཡང་། དེ་ཉིད་ལས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་སེམས་བྱུག་པོ་དེ་དག་ལ་འདི་ལྟར་སོ་སོར་



བཏག་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་བདག་གི་སེམས་ལ་སེམས་དྲུག་པོ་དེ་དག་ལས་གང་ཡང་རྒྱུ་  
བར་བ་ཏུ་སྒྱུད་པ་ཡོད་དམ་འོན་ཏེ་མེད་སྟམ་དུ་སོ་སོར་བཏག་པར་བྱའོ། །དེ་ལས་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དང་པོ་གསུམ་པོ་དག་ནི་སྦྱེས་སོ་ཙག་ཏུ་དང་དུ་མི་  
ཐང་བར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་ཅིང་སྒྲོང་བར་མི་བྱེད་ན་ཐམས་ཅད་དུ་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །བརྩལ་བས་ཡོངས་སུ་སྦྱོར་བའི་སེམས་ནི་  
སྦྱེས་པ་ན་གལ་ཏེ་འདི་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱིས་དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་སྦྱོར་བ་གཏོང་  
བར་བྱེད་དེ། ཅི་ནས་ཀྱང་ལུས་དང་སེམས་ངལ་ཞིང་འཁྲུག་པར་བྱེད་པ་འདི་སོ་སོར་  
བསལ་ནས་ཡང་དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་སྦྱོར་བར་བྱའོ། །སྟམ་དུ་སེམས་ན་ནི་ཁ་ན་  
མ་ཐོ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བདག་ལ་དགོ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་གང་གིས་བདག་ཆེ་  
འདི་ལ་སྦྱག་བསྐྱལ་བར་འགྱུར་བ་འདི་ལྟ་བུས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟམ་དུ་སེམས་གིང་།  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་གཏན་སྒྲོང་བར་བྱེད་ན་ནི་དེ་དེ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་  
བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞོད་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ནི་ཉེ་བར་གནས་པར་གྱུར་པ་  
ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་བའི་སྦྱོར་བ་ལ་འདོད་དགུར་བྱར་མེད་པ་ཡིན་པས་དེ་  
དང་དུ་ཐང་ས་ཀྱང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། །བར་ཆད་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ནི་ཉེ་བར་  
གནས་པར་གྱུར་པ་ན་གལ་ཏེ་འདོད་དགུར་བྱར་མེད་དམ། རོན་ཆེས་ཆེན་པོ་ཞིག་  
ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མཐོང་ནས་དང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་ན་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་  
དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་འདོད་དགུར་བྱར་ཡོད་དམ་དོན་མེད་པའམ་དོན་ཆེས་ཆུང་བ་ཞིག་  
ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མཐོང་ནས་དང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་ན་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་  
པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་དྲུག་པོ་དེ་དག་ལས་སེམས་སྒྲ་མ་གསུམ་པོ་དག་གི་བྱང་བ་

དང་དུ་སྒྲུངས་སོ་ཙམ་ནི་གཅིག་ཏུ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞོད་པ་  
དང་ལྷན་པའི་སེམས་གཅིག་ལུ་ནི་དང་དུ་སྒྲུངས་ཀྱང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་དོ། །སེམས་  
ལྷག་མ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་བ་དང་དུ་སྒྲུངས་སོ་ཙམ་ནི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་  
བཅས་པ་དང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །

སེམས་ཙན་དོན་བྱེད་ལ་འཇུག་པ་ན་གནས་དུག་ལ་བརྟག་དགོས་ཏེ། བསྐྱ་བ་  
ལས། སེམས་ཙན་ཀྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བཙོན་བའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔས་  
ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གནས་དུག་ལ་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། བདག་དང་གཞན་དང་  
ཟང་ཟེང་གིས་ཐོངས་པ་དང་ཟང་ཟེང་འབྱོར་བ་དང་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་དང་ཆོས་  
འབྱོར་པ་ནི་གནས་དུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཟང་ཟེང་གིས་ཐོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་  
གོས་དང་བསོད་སྟོམས་ལ་སོགས་པ་མ་རྟེན་པ་རྣམས་མི་རྟེན་པ་དང་རྟེན་ཅིང་འཇུག་  
པ་རྣམས་རྒྱུ་ཆད་པར་འགྱུར་བའོ། །ཟང་ཟེང་འབྱོར་བ་ནི་དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ལས་  
རིག་པར་བྱའོ། །ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་པ་ཉམས་པ་དང་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པས་གསུངས་པ་དོན་དམ་པ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་སྟོན་མ་ཐོས་པ་མཉན་དུ་  
མེད་པ་དང་སྟོན་མ་ཐོས་པ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྟོན་མ་བསམས་པ་བསམ་དུ་མེད་པ་  
དང་ཐོས་པའི་བར་ཆད་དང་བསམས་པའི་བར་ཆད་དང་ཐོས་པ་དང་བསམས་པ་  
བརྟེན་པ་དང་བསྐྱོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་མ་ཐོབ་པ་མི་ཐོབ་པ་དང་ཐོབ་པ་  
ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའོ། །ཆོས་འབྱོར་བ་ནི་དེ་ལས་བསྐྱོག་པར་རིག་པར་  
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་བདག་དང་གཞན་ནི་ཆོས་དང་ཟང་ཟེང་གིས་འབྱོར་བ་དང་  
རྒྱད་པའི་གཞིའོ། །གནས་དུག་ལ་བརྟགས་ནས་འཇུག་སྟེ་བྱེད་ཚུལ་དང་དེ་དག་ལ་

ཉེས་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་ཡང་། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་  
བདག་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པས་གཞན་དག་གི་ཟང་ཟིང་འབྱོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
སྒྱོར་བར་མི་བྱའོ། །ཟང་ཟིང་འབྱོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་འབྱོར་  
བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དོན་གྱི་སྐབས་འདིར་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པས་བསྐྱས་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱབ་  
པས་བསྐྱས་པ་དང་། འཛོལ་བའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པས་བསྐྱས་པ་ཡིན་པར་རིག་  
པར་བྱའོ། །བདག་ཉིད་ཀྱི་ཟང་ཟིང་གིས་ཐོངས་པས་གཞན་དག་གི་ཟང་ཟིང་འབྱོར་  
བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་བཙུན་པར་བྱ་སྟེ་ཟང་ཟིང་འབྱོར་བ་དེ་ཡང་གཤམ་ཏེ་ཆོས་ཀྱིས་  
ཐོངས་བསྐྱེད་པར་མི་བྱེད་ནའོ། །གཤམ་ཏེ་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ན་ནི་  
བཙུན་པར་མི་བྱའོ། །ཟང་ཟིང་འབྱོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་འབྱོར་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །བདག་ཉིད་ཀྱི་ཟང་ཟིང་འབྱོར་པས་གཞན་དག་  
གི་ཟང་ཟིང་འབྱོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་བཙུན་པར་བྱའོ། །ཟང་ཟིང་འབྱོར་བར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་”དེ་ཀྱི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་འབྱོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །བདག་  
ཉིད་ཀྱི་ཆོས་འབྱོར་པས་གཞན་དག་གི་ཟང་ཟིང་འབྱོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་བཙུན་  
པར་བྱའོ། །ཟང་ཟིང་འབྱོར་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་འབྱོར་པར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྒྱོར་བར་མི་བྱེད་ན་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་དང་བཅས་  
པར་འགྱུར་ལ་སྒྱོར་བར་བྱེད་ན་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་མེད་པར་འགྱུར་འོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་ནི་  
རེ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པའི་འདུལ་བ་བསྐྱས་པ་

ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དུས་རྟག་དུ་ཡིད་ལ་བྱ་ཞིང་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །

དེས་ན་གང་ཟག་གཞན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་དོན་ནམ་ཟང་ཟེང་ཉི་ཤེས་དོན་བྱས་པ་ན་རང་གིས་ཁས་སྒྲུངས་པའི་བསྐྱབ་པ་དངོས་སུ་ཉམས་པ་དང་དངོས་སུ་མ་ཉམས་ཀྱང་ཉམས་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱབ་པ་དང་། སྤར་ཐོབ་པ་དང་གསལ་དུ་འཐོབ་པའི་ཆོས་ཉམས་པར་སྤང་ན་གཞན་གྱི་དོན་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་དོན་བྱས་པ་ན་རང་ཉིད་ཟང་ཟེང་གིས་ཐོངས་པར་སྤང་ན་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པར་མི་འགྱུར་ན་ནི་མ་བྱས་ན་ཉེས་པར་འགྱུར་ཞིང་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པར་འགྱུར་ན་ནི་མི་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་ཆོས་དང་ཟང་ཟེང་འབྱོར་པར་གྱུར་ན་ཡང་གཞན་ལ་དེ་གཉིས་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་ན་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་ཉེས་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་གཞན་ཡང་བསྐྱབ་པ་ལས། འདི་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་པན་འདོགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་པན་འདོགས་པའི་མཆོན་མའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཞིང་ཟང་ཟེང་དང་བཅས་པའི་སེམས་དང་ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་བསམ་པ་སྦྱིད་པར་བྱེད་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞོན་པ་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པའི་མཆོན་མའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཞིང་རྟོག་པའི་སེམས་དང་དགྲ་བོར་ཡོངས་སུ་བརྒྱུང་བའི་སེམས་ཀྱི་དགྲ་བོའི་བསམ་པ་སྦྱིད་པར་བྱེད་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །གཞོན་པ་བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པན་པ་བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཐ་མལ་བའི་

༡ ཟེང

༢ ཐ

リ 玄

44

ཕྱོགས་མེད་སྡོམ་པ་གཟུང་དུ་རུང་ངམ་གསུམ་ཆར་ཆར་བའི་སྡོམ་པ་གཟུང་དགོས་  
ཤིང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་ལ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་ལྟར་སྡོམ་པ་རིམ་པ་མང་པོ་མེད་  
ཀྱི་རིས་གཅིག་ཁོ་ནར་ཟད་པས་ལེན་པ་ན་ཡང་རིས་སུ་ཆད་པ་མེད་པར་མཐའ་དག་  
ལ་སློབ་པར་ཁས་སྐྱངས་པའི་སློན་པ་གཟུང་དགོས་ཏེ་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
བསྐྱུ་བ་ལས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཏེ་དབའ་ཏེ་རྒྱལ་ཁྱིམས་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མ་ཆར་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྡོམ་པས་  
“བསྐྱམས་”པ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བའམ་“བསྐྱམས་”པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་  
བྱ་ཞིན། “བསྐྱམས་”པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །འོ་ན་བསྐྱུ་བ་བརྒྱལ་ལས། དེ་བས་ན་རང་གི་མཐུ་དང་སྦྱར་ཏེ་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
གཅིག་ཅུ་ཡང་ཡང་དག་པར་སྐྱངས་ལ་བསྐྱང་བར་བྱ་”སྟེ། འཕགས་པ་སའི་སྦྱིང་  
པའི་མདོ་ལས་ཇི་སྟེད་དུ། དགོ་བའི་ལམ་བཅུ་པོ་འདི་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་སུ་  
འགྱུར་གྱི་གང་ཇི་སྟེད་”འཆོ་འཡི་བར་དུ་ཐ་ན་དགོ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་གཅིག་ཅུ་  
ཡང་མི་བསྐྱང་ལ་འོན་ཀྱང་ཆོག་འདི་སྟེད་དུ་རྟེན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་སྟེ་ང་ལྟ་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་འཆོལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་ན། གང་ཟག་དེ་ཤིན་ཏུ་ཚུ་ལ་  
འཆོས་པ་བརྒྱན་ཆེན་པོ་སྦྱ་བ་སངས་རྒྱ་བཙུག་ལྟན་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱན་སྦྲར་  
འཇིག་རྟེན་ལ་སྦྱ་བར་བྱེད་པ་ཆད་པར་སྦྱ་བ་སྟེ་”དེ་ཉི་མོངས་བཞིན་དུ་འཆི་བའི་དུས་  
བྱེད་ཅིང་ལོག་པར་སྦྱང་བར་འགྲོའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དུས་ཇི་སྟེད་དུ་

༡ ལྟ  
༢ འཆོ  
༣ ད

རྒྱས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཡང་དགེ་བ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་ཏེ་གནས་པར་བྱ་སྟེ་འདི་ནི་སྟོན་གྱི་སྒྲ་བཞི་རྩམ་འོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་མདོ་ལས་བཟུང་བར་བྱའོ། །ཞེས་བསྐྱབ་པ་ཕྱོགས་རེ་ལེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཤད་པ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མིན་གྱི་སྟོན་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་གཟུང་བར་མི་རྒྱས་ན། གོམས་སུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་རང་གི་རྒྱས་པ་དང་བསྐྱོན་ནས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་རེ་རེ་ཅམ་དང་། དུས་ཀྱང་རི་སྲིད་དུ་སྤྱང་རྒྱས་པའི་ཉུང་ཟད་རེའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་དང་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་དང་སྤྱར་ནས་སྒྲང་དགོས་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་སྤྱས་བཅས་དང་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་བསྐྱས་པར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་དམིགས་གསུངས་ནས་དེ་ནས་སྤར་གྱི་ལུང་དེ་འབྱུང་ཞིང་དེའི་འོག་ཏུ་སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་གང་དེ་ལྟ་བུ་ཐོས་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་དཀའ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་སྐྱེ་པོ་མ་ལུས་པ་སྤྱག་བལྟལ་ལས་བསྐྱབ་པར་ཁུར་ཁྲེར་བར་སྟོབ་དེས་ནི། ཞེས་བསྐྱབ་པ་ཁས་སྒྲངས་ནས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཐོས་ཤིང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་བྱ་དཀའ་བར་ཤེས་ཀྱང་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ཁུར་འཁྲེར་བ་ལ་མ་ཞུས་པ་ཞིག་གིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་འཛིན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན་སྤར་མ་དེ་ཉེས་དམིགས་ཐོས་ཤིང་། སྟོན་པ་བྱ་དཀའ་བར་ཤེས་པ་ན་བསྐྱབ་པའི་ཁུར་འཁྲེར་བར་མི་རྒྱས་པ་ནམས་སྟོན་པ་སྟར་རེ་རེ་ནས་རིམ་གྱིས་ཡི་དམ་བཅས་ནས་བསྐྱབས་ཏེ། རྫོའི་མཐུ་རྒྱས་པ་ན་སྟོན་པ་ལེན་པར་གསལ་བའི་ཕྱིར་དང་སྟོན་ཆའི་མདོ་ཁྲངས་སུ་བྱས་པས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ་དེ་ནི་མདོ་དེ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ལེན་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྤྱི་འོན་དང་། དུས་ཀྱི་དོན་ནོ། །དང་  
པོ་ནི། སློབ་དཔོན་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་ག་མཛད་ཀྱི་དེ་ལས་ཟུར་བའི་  
སློམ་པའི་ཆོ་ག་མ་མཛད་དོ། །འོན་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་ག་ལས། བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་གི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་མགོན་  
དུ་གཉིད། །བྱང་ཆུབ་སྤྱི་དམའ་ཡིད་འོང་སྤྱད་པར་བགྱི། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་  
རྒྱུ་ལྡན་པར་ཤོག། །དེ་སྐད་ལན་གསུམ་བཞུས། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
པའོ། །ཞེས་དང་། བདག་གི་སྤྱིན་པ་ཚོལ་བ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་བ་དང་བཅོད་པ་  
སློམ་པ་དང་བཅོན་འགྲུས་ཚོམ་པ་དང་བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་དང་  
ཤེས་རབ་རྣམ་པར་དཔྱོད་པ་དང་ཐབས་མཁས་པ་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ། དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དང་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་སྐད་དུ་ཆེན་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་བརྒྱུ་ལྡན་ཏེ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་  
ད་ལྟར་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་  
ལྷན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
རྗེས་སུ་འཇུག་གོ། །འཕགས་པ་དག་བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལགས་ཀྱིས་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ། ཞེས་སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་པ་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་ཁས་ལེན་པ་ཡོད་ལ་སྤྱོད་པ་དང་  
ལྷན་པ་བར་ཉ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་སློམ་པ་བཟུང་བ་ཡིན་པར་བསྐྱབ་བཏུས་དང་སྤྱོད་  
འཇུག་ལས་གསུངས་ཤིང་། དུས་གསུམ་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་



ཁྲིམས་གསུམ་ལ་སློབ་པར་ཁས་ཁྲུངས་པ་ཉིད་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་བཟུང་བ་ཡིན་  
པར་གཞུང་འདིར་གསུངས་ལ་སློབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ་དང་ཨ་བླ་ཀ་རས་ཀྱང་  
སྡོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་བསེས་ནས་མཛད་པ་དང་།  
ལམ་སློན་གྱི་འབྲེལ་པར་ཡང་ངོ་བོས་མཛད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་སྡོམ་པའི་ཆོ་ག་  
ནི་སྐྱ་སྐྱབ་དང་ཐོགས་མེད་དང་ཞི་བ་ལྟའི་ལུགས་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་  
འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་དང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཆོ་གའི་བྱང་པར་འགའ་ཞིག་  
མི་འདྲ་བ་མ་གཏོགས་པ་སྡོམ་པ་འཛོལ་པའི་ཆོ་ག་ལ་དོན་ལ་བྱང་པར་མེད་དོ། །དེས་  
ན་ལུགས་དེ་གཉིས་ལ་དབྱ་མ་ལུགས་དང་སེམས་ཅན་ལུགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྲས་ནས་  
ཁྲུང་བའི་ལུལ་དང་ལེན་པའི་ཆོ་ག་དང་རྩ་ལྟངས་མི་མཐུན་པར་སྐྱ་བ་ནི་མ་བཟགས་པ་  
ཆེན་པོའོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་སྡོམ་པ་ལེན་པའི་རྟེན་ལ་སློན་སེམས་བསྐྱེད་  
དགོས་པར་བཤད་ཀྱང་སྡོམ་པའི་ཆོ་ག་མ་གཏོགས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་  
མཛད་པ་མི་སྤང་ལ་བྱམས་ཆོས་དང་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་གཞུང་དུ་ཡང་མ་  
བྱུང་ངོ། །སློབ་དཔོན་དབྱ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་ནི་སློན་འཇུག་དང་སྡོམ་པ་གཟུང་  
བའི་རིམ་པ་གཉིས་མཛད་ལ། དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་  
སྡོམ་པའི་ཆོ་ག་སོ་སོར་མཛད་ཅིང་། མདོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་དང་། སྡོད་  
འཇུག་གི་འབྲེལ་པར་ནག་པོ་བས་ཀྱང་སློན་འཇུག་གི་ཆོ་ག་སོ་སོ་བའི་རྣམ་གཞག་  
མཛད་དོ། །འདི་ལ་འཇུག་པ་དང་སྡོམ་པའི་ཆོ་ག་ཐ་དད་པར་མཛད་པ་འཐད་སྟམ་པ་  
མེད་ལ་སློན་པའི་ཆོ་ག་སྡོན་དུ་ཁྲུངས་ནས་བཟན་པར་བྲས་ཏེ་ཕྱིས་སྡོམ་པའི་ཆོ་ག་  
མཛད་པའི་བཤེས་གཉེན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ནི་སྡོམ་པ་བཟན་པར་འཇུག་བའི་

ཐབས་བཟང་པོ་ལོ། །

འོ་ན་སྒྲོམ་རིམ་བར་བ་ལས། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་པ་ནི་སྤྱིང་རྗེས་སེམས་ཅན་  
མཐའ་དག་མངོན་པར་གདོན་པར་དམ་བཅས་ནས་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པའི་བྱིར་སངས་  
རྒྱས་སུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་  
རྣམ་པའི་སེམས་དང་པོར་སྦྱེ་བའོ། །དེ་ཡང་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ་ལས་བསྟན་པའི་ཆོ་  
ག་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་པ་མཁས་པ་པ་རོལ་པོ་ལས་  
"བསྐྱེད"པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་གང་ཞེ་ན། དུས་གསུམ་གྱི་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་གཞི་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོབ་པར་ཁས་ལེན་པར་དོན་གྱིས་ན་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཡོད་པས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་ག་ཞེས་བྱའི་སྒྲོན་སེམས་  
རྒྱང་པའི་ཆོ་ག་མིན་ནོ། །དུས་ཀྱི་དོན་ལ་གཉིས། སྒྲ་མ་ཡོད་པའི་ཆོ་ག་དང་། སྒྲ་མ་  
མེད་པའི་ཆོ་ག་འོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྒྱོར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཐུག་གི་ཆོ་  
ག་འོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ། གསོལ་བ་གདབ་པ། ཆོགས་སྐྱབ་པ། སྒྲོམ་པ་སྤྱར་དུ་བསྐྱེད་པ།  
སྒྲོབ་བསྐྱེད་པ། བར་ཆད་བྱི་བའོ། །གསོལ་བ་གདབ་པ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་གི་བྱང་  
པར་དང་། ཆོ་གའི་བྱང་པར་རོ། །གང་ཟག་གི་བྱང་པར་ལ་གཉིས་ལས། རྟེན་གྱི་བྱང་  
པར་ནི། སྒྲོམ་པ་ལེན་པའི་རྟེན་ལ་རི་འབྲུ་ཞིག་དགོས་ཤི་ན། བྱང་སེམས་བྱིས་པའམ་  
རབ་བྱང་གང་ཡང་རུང་བ་སྤར་བ་ཤད་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་  
གསུམ་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྒྲོབ་པར་འདོད་ཅིང་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྒྲོན་  
ལས་བཏབ་པ་སྟེ་གདམས་ངག་བཞིན་དུ་སྒྲོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པའོ། །སྒྲོམ་པ་

བཟུང་བ་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་ལ་སློབ་འདོད་མེད་པ་དང་སློན་  
སེམས་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་སློམ་བ་སྦྱིན་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སློམ་བ་ཡང་དག་པར་  
སྦང་བར་འདོད་པའི་བྱང་སེམས་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སློམ་བ་སྟེར་བའི་སྤྱོད་ལ་  
ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤེ་སློད་ཀྱི་མ་མོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་འདི་ལས་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བསྐབ་པའི་གཞི་དང་ཉེས་པའི་གནས་གང་དག་བསྟན་པ་དེ་དག་བསྐྱག་  
པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་གཤམ་ཏེ་རྒྱས་སམ་མི་རྒྱས་སྟོང་ནས་བརྟགས་ཤིང་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་སློམ་བ་ལེན་པ་ལ་སློབ་བྱུང་ལ་རང་མི་  
འདོད་བཞིན་དུ་པ་རོལ་སོས་ཡང་དག་པར་འཛིན་དུ་བརྟག་པའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན། བ་  
རོལ་སོ་དང་འགྲན་པའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་ན་བྱང་སེམས་བརྟན་པོར་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སློམ་བ་ཡང་དག་པར་སྦང་བ་འདིས་ཆོ་ག་བཞིན་དུ་དེས་ཀྱང་མཐོང་  
པར་བྱ་ཞིང་དེ་ལ་དཔོག་པར་ཡང་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་འདུལ་བ་དང་མི་འབྲ་བས་  
སློམ་བ་མ་བཟུང་བའི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་ལེགས་པར་མཉན་ནས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་བསྐབ་པ་  
བསྐྱང་བ་ལ་སློབ་བརྟན་པར་བྱུང་བ་ན་སློམ་བ་སྦང་ངོ་། །བསམ་པ་དེ་དག་དང་ལྡན་ན་  
སློམ་བ་སྦྱི་ཡི། མི་ལྡན་ན་མི་སྦྱི་བ་ནི་བསྐྱུ་བ་ལས། གང་གཞན་ལ་བྲགས་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་དང་གཞན་གྱི་དོར་བྱ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་ཡང་དག་པར་ལེན་དུ་བརྟག་པ་ན་དེ་  
ལེན་པར་བྱེད་པར་བྱེད་ཀྱི་རང་གི་དད་པས་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་རྗེས་སུ་བརྟགས་  
ཤིང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོང་རྗེའི་སེམས་ཉེ་བར་བཞག་སྟེ། དགེ་བ་འདོད་པས་  
ལེན་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ཡང་བསྐྱམས་པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་དེས་  
དགེ་བ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་དང་སློབ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ་དེའི་འབྲས་བུའི་ཕན་

ཡོན་ཡང་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལས་བསྐྱོད་པ་ནི་སྒྲིམ་པས་བསྐྱེད་པ་དང་  
དགེ་བ་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་གས་པ་དང་སྒྲིམ་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེའི་འབྲས་བུའི་ཕན་ཡོན་  
ཡང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་ནི། སྒྲིམ་པ་ལེན་པའི་ཡུལ་ལ་རི་འབྲ་བ་ཞིག་དགོས་ཤིང་།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲོན་ལམ་བཟང་པ་སྟེ་སྒྲོན་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཆོས་མཐུན་པ་  
བ་སྟེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལ་གནས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་མཁས་པ་བསྐྱེད་པ་ནོད་  
པར་གསོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་དག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་འབྲུ་འཛིན་རྒྱས་  
ཤིང་དོན་གོ་བར་རྒྱས་པ་ལས་སྤང་རོ། །རི་འབྲ་བ་ལས་མི་སྤང་ཞེས། མཁས་པ་ཡིན་  
དུ་ཟིན་ཀྱང་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲོན་པ་ནོད་པར་མི་  
བྱསྟེ་བསམ་པ་དང་སྒྲིམ་པ་ཉམས་པའོ། །དེ་ལ་བསམ་པ་ཉམས་པ་ནི། །དད་པ་མེད་  
པ་སྟེ་སྒྲིམ་པ་ལ་ཆེར་མ་མོས་ཤིང་འབྲིང་དུ་མི་འཇུག་ལ་ཆུང་དུ་མི་རྟོག་པའམ་མི་  
ཅོལ་བའོ། །སྒྲིམ་པ་ཉམས་པ་ནི། ཕྱིན་བྲལ་གི་སྒྲིམ་པ་ཉམས་པ་སྟེ། དང་པོ་ནི། ལུས་  
དང་ཡོངས་སྒྲིད་ལ་སྟེད་པའི་བརྟམ་ཆགས་ཅན་དང་དེའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ཆགས་  
པས་ཐེལ་གྱིས་ནོན་པ་དང་། མ་རྟེན་པ་ལ་འདོད་པ་ཆེ་བ་དང་རྟེན་ཀྱང་ཆོག་མི་ཤེས་  
པ་སྟེ་སྒྲིན་པའི་མི་མཐུན་སྒྲོགས་དང་དུ་ལེན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། བམ་པ་བྱང་བས་  
སྒྲིམ་པ་ལྷག་མ་མེད་པ་ཆུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་དང་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་ཉེས་པ་  
སྒྲིད་ཅིང་བསྐྱེད་པ་ལ་མི་གྲུས་པར་སྟོད་པའོ། །གསུམ་པ་ནི། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་དང་  
མྱད་པ་ན་མི་བཟོད་དེ་འབྲུལ་དུ་སེམས་འཇུག་པའི་ཁོ་བ་དང་གཞོན་པ་བྱས་པ་བྲན་པ་  
ན་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཇུག་པའི་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་དང་དགེ་སྒྲིམ་གི་ཆོས་བཞིའི་མི་

མཐུན་སྦྲུགས་ཀྱིས་པ་རོལ་གྱི་ཉེས་པ་བཞི་པོ་མི་བཟོད་པའོ། །བཞི་པ་ནི། དགེ་བ་ལ་  
མི་སྟོབ་པའི་སྟོམ་ལས་དང་མི་མཐུན་སྦྲུགས་ལ་དགའ་བའི་ལེ་ལོ་ཅན་ཏེ། དེ་ཉིད་བཤད་  
པ་ནི་ཤས་ཆེར་ཉིན་མཆན་དུ་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་དང་སྟོམ་འབེབས་པའི་བདེ་བ་དང་  
ཉལ་བའི་བདེ་བ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་འདྲ་འཛིའི་གཏམ་ཀྱིས་དུས་ཡོལ་བར་བྱེད་  
པའོ། །ལྷ་པ་ནི། ཞི་གནས་ལ་སོགས་པ་ལ་སེམས་གནས་སུ་མི་བརྟུབ་པས་སེམས་  
རྣམ་པར་གཤེདས་ཏེ། ཐུན་བ་འཛོམ་ཅམ་གྱི་བར་དུ་ཡང་དགེ་བ་ལ་སེམས་རྩེ་  
གཅིག་ཏུ་སྟོམ་མི་རུས་པའོ། །དུག་པ་ནི། འཆལ་བའི་ཤེས་རབ་ལ་གཉིས་ལས་ཀྱན་  
ཏུ་སྦྱོད་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་རང་གིས་ཤེས་པར་མི་རུས་པའི་ཡིད་རྒྱལ་བ་དང་བསྟན་ཡང་  
མི་གོ་བའི་ཚེངས་པ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཟོད་པའི་སྤྲ་འགོང་བའམ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཚེངས་པའི་སེམས་བྱམ་པའོ། །ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྒྱ་འཛིན་པ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
སྡེ་སྟོད་དང་སྡེ་སྟོད་ཀྱི་མ་མོ་ལ་ངན་ནོ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུར་བ་འདེབས་པ་སྟེ་  
དེ་རྣམས་ལས་སྟོམ་པ་ནོད་པར་མི་བྱའོ། །འགྲེལ་བ་ཁ་ཅིག་ལས་དངོས་སུ་ན་འདི་ལྟ་  
བྱ་དང་ལྟན་པ་རུང་ཟད་ལྟ་ཡོད་མོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་ལྟན་པ་ལས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་  
ཆོག་གོ་ཞེས་སྟོན་དེ་དག་ཆེས་ཆེ་བ་དང་མི་ལྟན་ན་རུང་ཟད་དང་ལྟན་ཡང་ནོད་པར་  
བྱའོ་ཞེས་འཆད་དོ། །ཆོ་གའི་བྱད་པར་ལ་གཉིས་ལས། རྟེན་གྱི་ཆོ་གའི་བྱད་པར་ནི།  
སྤར་བཤད་པའི་རྟེན་དེས་ཐོག་མར་ཡུལ་དེའི་རྐང་བ་གཉིས་ལ་གཏུགས་པའི་ཕྱག་བྱ་  
སྟེ་མ་གུས་པ་ལ་སྟོམ་ཀྱི་པ་མི་སྟེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་དང་པོར་མཇུག་བྱ་བར་ཇེ་ཏ་  
རི་དང་ཨ་བྱ་ཀ་རས་བཤད་པ་ལྟར་བྱའོ། །དེ་ནས་བདག་རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱོད་ལས་བྱང་

ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྱིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཡག་དག་པར་སྒྲུང་བའོད་པར་འཆལ་  
གྱིས་དེ་ལ་གཞོད་པ་མ་མཆིས་ན་བདག་ལ་ཐུགས་བརྟེ་བའི་སྤྲད་དུ་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
གསན་ཅིང་སྦྱལ་བའི་རིགས་སོ། །ཞེས་གསོལ་བ་གདབ་སྟེ་སྒྲོམ་པ་ལེན་མི་འདོད་པ་  
ལ་མི་སྟེ་བའི་བྱིར་རོ། །

འདི་ལན་གསུམ་བྱེད་པར་“ཇེ་ཉ་ཅེ་བྱང་ཚུབ་བཟང་པོ་མར་མེ་མཛད་ཨ་བླ་  
ཀ་ར་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །དེའི་ཆེ་ཙམ་ཙམ་པོར་འདུག་ཅིང་ཐལ་མོ་སྦྱར་བའམ་  
གཡས་པའི་ལྷ་ང་ས་ལ་གཟུགས་པར་ཨ་བླ་དང་ཇེ་ཉ་རིས་བཤད་པ་ནི་འོག་ནས་  
འབྱུང་བའི་ལུས་ཀྱི་སྒྲོད་ལམ་སྟེ་གང་ཡང་རུང་བས་ཆོག་གོ། །ལུས་ཀྱི་ཆོ་གའི་བྱང་  
པར་ནི། དེ་ནས་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་པ་”འོག་སྟེ་ཉ་བར་ལུས་པ་དེས་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་  
པ་འདོད་པ་དེ་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་མན་ཡོན་རྒྱ་ཆེར་བཛོད་ནས་སྒྲོམ་པ་  
འདོད་པ་ལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྷུ་ཡང་དག་ཀྱང་བཛོད་ཅིང་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་པར་ཡང་བྱ་སྟེ་  
འདི་སྤྲད་ཅེས་ཀྱང་བཛོད་པར་བྱའོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་”ཁྱོད་ཉ་ཅེག་ཁྱོད་འདི་ལྟར་  
སེམས་ཅན་མ་བཞུལ་བ་རྣམས་བསྐྱལ་བ་དང་མ་གྲོལ་བ་རྣམས་དགྲོལ་བ་དང་  
དབུགས་མ་བྱིན་པ་རྣམས་དབུགས་དབྱུང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་མ་འདས་  
པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་བསྐྱེད་པ་དང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གདུང་རྒྱན་མི་གཅད་  
པར་འདེད་དམ། དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྟན་པ་དང་ཡི་དམ་བརྟན་པར་  
ཡང་བྱའོ། །ཞེས་དེ་ལྟར་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ཡང་སྒྲོམ་པ་ལེན་པར་འདོད་པ་མི་ཤེས་

ཉ ཇེ  
ཉ འོག་སྟེ  
ཉ ཁྱོད

པའི་རིགས་མཐོང་ན་སྒྲིམ་པ་ལེན་པ་ལ་སློབ་སྦྱང་པ་དང་བསྐྱབ་པའི་ཁྱེད་འཛིན་པའི་  
བསམ་པ་བརྟན་པོར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་བསྐྱབས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི་འོག་ནས་  
འབྱུང་བ་རྣམས་དང་གཞན་ཡང་བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། རབ་ཏུ་ཞི་བ་རྣམ་པར་ངེས་པའི་  
ཆོ་འབྲུལ་གྱི་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ་གང་གིས་གཞུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ཀྱི་སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ལས་སངས་རྒྱས་རེ་རེ་ལ་ཡང་གཞུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ཞིང་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོས་རབ་ཏུ་བཀའ་སྟེ་དབུལ་བ་བྱུལ་ལ། དེ་  
ལྟར་འབྲུལ་པས་གཞུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ཀྱི་བསྐྱལ་པར་དབུལ་བ་བྱུལ་བ་བས།  
འཇམ་དཔལ་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གང་གིས་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་  
འདི་ཐོས་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སོང་སྟེ་འདི་ལྟར་སེམས་ཀྱིས་མངོན་པར་རྟོག་ཅིང་  
འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་སློབ་པར་འདོད་ན་དེས་མ་བསྐྱབས་སུ་ཟེན་  
ཀྱང་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་དུ་བསྐྱེད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ནོར་བུ་རིན་པོ་  
ཆེའི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སྦྱིན་པའི་བསོད་ནམས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ངེས་ཀྱང་  
གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཕན་ཡོན་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཅི་ནས་  
ཀྱང་ཕྱིར་མི་སྟོག་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། འཇམ་དཔལ་འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་སྟོང་  
གསུམ་ཀྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་རྩལ་སྟེད་ཀྱི་  
“སེམས་ཅི་ཅན་དེ་ལས་སེམས་ཅན་རེ་རེ་ནས་འཇམ་བུ་སྤྱིང་ལ་དབང་བའི་རྒྱལ་པོར་  
ལྷུང་ཉེ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆོག་འདི་སྐྱད་ཅེས་བདག་ཅག་གིས་གང་ཐེག་པ་

༡ གང་ལ་

༢ སེམས་

ཆེན་པོ་ལེན་པ་དང་འཛིན་པ་དང་སློབ་པ་དང་ཀུན་ལྡན་པར་བྱེད་པ་དེའི་ལ་ལས་ཉི་  
མ་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་སྤང་ལྷ་ལྷ་སེན་མོས་གཅད་པར་བྱསྟེ་དེ་ཙམ་དེ་ལྟ་བུས་སློབ་པ་དང་  
དབུལ་ལོ་ཞེས་སྤྲོ་བ་ལ། འཇམ་དཔལ་གཤམ་ཏེ་བྱང་ལྡན་སེམས་དཔལ་དེ་དེ་སྐད་སྤྲོ་  
བས་མི་སྤྲོ་ག་མི་དང་དང་དང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཐ་ན་སྤྲོ་ག་པའི་”སེམས་”གཅིག་ཀྱང་  
མི་སྤྲོད་ཞུས་པ་མེད་གོང་བ་མེད་ཐེ་ཆོས་མེད་ལ་བྱིར་ཞིང་ཆོས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་  
ལ་བཙུན་ཏེ་སློབ་པ་དང་ཁ་ཏྲོན་བྱེད་པ་ལ་བཙུན་པར་འགྱུར་པའི་བྱང་ལྡན་སེམས་  
དཔལ་དེ་ནི། འཇམ་དཔལ་སེམས་དཔལ་བ་སྤྱིན་པ་ལ་དཔལ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་དཔལ་  
བ་བཟོད་པ་ལ་དཔལ་བ་བཙུན་འགྱུས་ལ་དཔལ་བ་བསམ་གཏན་ལ་དཔལ་བ་ཤེས་  
རབ་ལ་དཔལ་བ་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་དཔལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །འཇམ་དཔལ་གཤམ་ཏེ་བྱང་ལྡན་  
སེམས་དཔལ་དེ་གསོད་པའི་མི་དེ་དག་ལ་མི་ཁྲོ་ཞིང་ཐ་བ་དང་ཞེ་སྤང་གི་སེམས་མི་  
སྤྲོད་ན་འཇམ་དཔལ་བྱང་ལྡན་སེམས་དཔལ་དེ་ནི་ཆོངས་པ་དང་མཚུངས་པ་དབང་  
པོ་དང་མཚུངས་པ་མི་གཡོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ངེ་སྐད་དུ་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་  
ལས་ཀྱང་ད་ལྟར་གྱི་དུས་ན་བསྐྱབ་པ་ལ་གྲུས་པར་བྱེད་པ་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་སྤྲོན་པ་  
ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་བ་སྤྲོན་པའི་མདོ་ལས། བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་གཞུང་བྱེ་བྱེད་དུ། །སངས་  
རྒྱུ་དག་ནི་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ལ། །གདུགས་དང་བ་དན་མར་མེའི་སྤང་བ་དང་། །ཐས་  
དང་སྒོམ་གྱིས་དད་སེམས་མཆོད་བྱས་པས། །གང་གིས་དམ་པའི་ཆོས་ནི་འཛིག་  
པའི་ཆོ། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་འགག་པ་ན། །ཉིན་ཞག་ཏུ་ནི་བསྐྱབ་པ་  
གཅིག་བཟུང་བ། །དེ་བས་བསོད་ནམས་འདི་ནི་བྱང་པར་འཕགས། །ཞེས་གསུངས་



ཏེ། དེ་བས་ན་བསྐྱབ་བ་ལ་གྲུས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་“བརྗོད་”པར་  
བྱའོ། །བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྟེ་ཡང་ནི། ལྟེ་བ་ཅ་ལྟར་དང་ཡང་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཉེས་  
པ་ནཱས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བརྗོད་བ་སྟེ་བསྐྱབ་བཏུས་སུ། གང་གི་ཕྱིར་  
དམ་པའི་ཆོས་བློན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པའི་མདོ་ལས། ཅུང་ཟད་ཅིག་བསམས་ནས་མི་  
སྦྱིན་པ་ནི་ཡི་དྲགས་སུ་སྦྱེ་ལ་དམ་བཅས་ནས་མི་སྦྱིན་པ་ནི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བར་  
འགྲོའོ་ཞེས་གསུངས་ན་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་དོན་དམ་བཅས་ནས་སྦྱབ་  
པར་མི་བྱེད་ན་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེ་བས་ན་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་།  
རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདེན་པ་ལྟར་བྱེད་པར་འགྱུར་བར་བྱ་སྟེ།  
རིགས་ཀྱི་བྱ་བདེན་པ་ཡང་དག་པར་བརྗོད་བ་ནི་ཆོས་ཡང་དག་པར་བརྗོད་  
པའོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ལ་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། གང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲ་ན་མེད་  
པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སེམས་དེ་སྟོག་གི་ཕྱིར་  
ཡང་མི་གཏོང་ཞིང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདུག་པར་མི་བྱེད་པ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་བདེན་པའོ། །གང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སེམས་དེ་ཕྱིས་ཡོངས་སུ་གཏོང་ཞིང་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འདུག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟུན་ཏུ་  
སྦྱ་བ་ཐ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

འཕགས་པ་སློ་གྲོས་རྒྱ་མཚོའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། སློ་གྲོས་རྒྱ་མཚོ་འདི་ལྟ་སྟེ་  
དཔེར་ན་རྒྱལ་པོ་འཕམ་རྒྱལ་པོའི་སློན་པོ་ཆེན་པོས་གོང་ཁྱེར་གྱི་སྤྱོ་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་

ཟན་སྤྱན་ནོ་ཞེས་མགོན་དུ་བོས་ནས་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་བཟའ་བ་དང་བརྟུང་བ་མ་སྦྱར་  
ན་དེས་སྦྱེ་བའི་ཆོག་པ་དེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གྲང་བཟའ་བ་དང་  
བརྟུང་བ་མ་ཐོབ་པས་འབྲུ་ཞིང་སྤར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཆོ་བོས་རྒྱ་མཆོ་བྱང་ལྟ་  
སེམས་དཔའ་མ་བཞུལ་བ་རྣམས་བསྐྱུལ་བ་དང་མ་གྲོལ་བ་དགྲོལ་བ་དང་དབྱུགས་མ་  
ཕྱིན་པ་དབྱུགས་དབྱུང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཕྱ་ངན་ལས་མ་འདས་པ་ཡོངས་སུ་ཕྱ་ངན་  
ལས་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དབྱུགས་སྤྱང་ལ། མང་དུ་བོས་པ་དང་  
དེ་ལས་གཞན་པ་དགེ་བ་བྱང་ལྟ་བུ་གི་ཕྱོགས་གི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཡང་བརྩོན་པར་མི་  
བྱེད་ན་བྱང་ལྟ་བུ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་རི་སྐད་སྤྱུས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ལྟ་  
དང་བཅས་པ་འདི་གཞན་ལ་སྦྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་དེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་མཐོང་བའི་  
ལྟ་རྣམས་གིས་མཐོང་ན་འབྲུ་ཞིང་གཞོགས་འབྲུས་བྱེད་ལ་རྣམ་པར་སྤོད་དེ་གང་དག་  
མཆོད་སྤྱིན་བྱ་བར་དམ་བཅས་པ་ཉམས་འོག་ཏུ་རྒྱད་པར་བྱེད་པའི་མཆོད་སྤྱིན་གི་  
བདག་པོ་དེ་དག་ནི་དཀོན་མོ། །ཆོ་བོས་རྒྱ་མཆོ་དེ་ལྟ་བུ་ན་”ཆོག་ཀྱི་གང་གིས་ལྟ་  
དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་དུ་བཅས་པའི་འདི་གཞན་སྦྱ་བར་འབྱུང་བའི་”ཆོག་ཀྱི་དེ་ལྟ་  
བྱང་ལྟ་བུ་སེམས་དཔའ་སྦྱ་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཁས་སྤྱངས་ནས་མི་  
སྤྱང་ན་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་དང་བརྟུན་གི་ཐ་ཆད་ཡིན་པ་དང་རྒྱལ་བ་སྤྱུས་བཅས་དང་  
འདི་གཞན་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པ་དང་ལྟ་རྣམས་གིས་སྤོད་པ་སོགས་གི་ཉེས་དམིགས་  
སོ། །དེ་ལྟར་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་མཐོང་བར་བྱས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་མི་  
གཏོང་བ་དང་སྤོམ་པ་ཁས་སྤྱངས་པའི་ཡི་དམ་བརྟན་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་དཔལ་མར་

༡ ཆོག

༢ ཆོག

མེ་མཛད་ཀྱིས་ནི་ཕན་ཡོན་དང་སྡེ་ཡང་བཟོད་པ་དོར་ནས་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་པ་ནས་  
ཡི་དམ་པ་བཏྟན་པར་བྱཏོ། །ཞེས་པའི་མཐུག་ཏུ་གཞན་དང་འགྲན་པ་མ་ཡིན་ནས་  
གཞན་གྱིས་ནན་གྱིས་ལེན་དུ་བཅུག་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་འདི་བར་མཛད་དོ། །

སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ནི་འདོད་དམ་ཞེས་པ་སྒྲ་མ་བཞིའི་མཐར་ཡང་སྦྱར་ནས་  
འདི་ཞིང་། ཁྱོད་སྒྲོམ་པ་ལེན་པ་འདི་གཞན་དང་འགྲན་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་ནམ་གཞན་  
གྱིས་རང་དབང་མེད་པར་ལེན་དུ་བཅུག་པ་མ་ཡིན་ནམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་  
སྟོད་དམ་སྡེ་སྟོད་ཀྱི་མ་མོ་ཐོས་སམ་ཤེས་སམ་དད་དམ་ཅུང་ཟད་སྦྱར་ཁུས་སམ་ཞེས་  
ཀྱང་འདི་བ་ལ་ཅུང་ཟད་ཐོས་ལགས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སམ་ལན་འདེབས་པའི་ཕྱག་  
སྟོལ་ཡོད་དོ། །མ་བཀལ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཤེས་སྒྲིབ་ལས་མ་བཀལ་བའི་ཉན་ཐོས་  
དང་རང་རྒྱལ་རྣམས་དེ་ལས་བསྐྱལ་བ་དང་། གཉི་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་གཉིས་  
ཀྱི་འཆིང་བ་ལས་མ་གྲོལ་བའི་ཆངས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དེ་ལས་དགྲོལ་བ་དང་།  
སྦྱག་བསྐྱལ་ལས་དབྱགས་མ་ཕྱིན་པའི་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དབྱགས་  
དབྱང་བ་དང་སེམས་ཅན་མི་གནས་པའི་ཕྱ་ངན་ལས་མ་འདས་པ་རྣམས་ཕྱ་ངན་ལས་  
འདས་པ་ལ་འགོད་པའི་དོན་དུ་སྟོབ་དཔོན་རྩ་བ་རྩ་བས་བཤད་དོ། །“ཆོགས་”སྦྱབ་  
པ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་ནི་“ཆོགས་རྣམས་འདུས་པ་ཅོམ་ལ་གྲུས་པར་བྱས་པས་འཐོབ་  
པར་འགྱུར་གྱི་སྟོམ་པ་འདི་ནི་དེ་ལས་ཆེས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཕྱིར་སངས་  
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པ་བྱ་བ་སྟོན་དུ་བཏང་བས་  
ཐོབ་པར་འགྱུར་བས་ན་དེ་ནས་སྟོམ་པ་འདོད་པ་དེ་སྒྲ་གོས་ཕྱག་པ་གཅིག་ཏུ་གཟུར་



ཞེས་པའམ་བཅུན་པ་ཡིན་ཞིང་གཞོན་ན་ཆེ་དང་ལྷན་པའམ་ཀན་ན་བཅུན་པས་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲང་བ་བདག་ལ་སྦྱལ་དུ་  
གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་གདབ་པོ། །ཐུར་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ་ཞེས་པ་དང་ལན་གསུམ་  
བྱ་བར་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཀྱིས་བཤད་དོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་  
འབྱུང་བ་ནི་རབ་བྱུང་དང་རང་ལས་བསྐྱབ་པ་ཀན་པ་ཁོན་ལ་སྒྲུལ་པ་སྒྲང་བའི་རེས་པ་  
མེད་པར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས་བཤད་དོ། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུལ་  
སྒྲུགས་སོགས་ལས་དང་སྦྱིན་སོགས་ཀྱི། །ལམ་ཉིད་དག་ནི་དག་སྟོང་གིས། །དག་  
སྟོང་མཁས་ལ་སྒྲང་བྱ་ཡི། །གཞན་ཉིད་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་དག་  
སྟོང་གིས་སྒྲུལ་པ་གོང་མ་གཉིས་སྒྲང་བར་འོས་པའི་དག་སྟོང་ཡོད་ན་བྱིས་པ་སོགས་  
ལ་མི་སྒྲང་ཞེས་སྟོན་པ་ཡིན་ཀྱི་གཞན་ལ་སྒྲངས་པས་མི་སྦྱེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མཆོག་  
ཏུ་སྟོབ་སྟོམ་པ་ནི། རྩན་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཞག་སྟེ་སེམས་དད་པ་ཁོན་བསྐྱེད་ནས་ད་  
ནི་བདག་གིས་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་བསོད་ནམས་ཀྱི་གཏེར་ཆེན་པོ་སྒྲན་མེད་པ་  
ཟད་མི་ཤེས་ཤིང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐོབ་པར་འབྱུར་རོ་སྦྱུང་དུ་དོན་དེ་ཉིད་རྗེས་སུ་  
བསམ་ཞིང་ཅང་མི་སྦྱ་བར་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་འདུག་པར་བྱའོ། །

བར་ཆད་འབྱི་བ་ནི། རོད་པ་པོ་དེ་ལ་འཕོགས་པ་པོ་མཁས་པ་འགྲུང་མ་སྟན་  
ལ་འདུག་པ་དེས་སེམས་མ་གཡངས་པར་བྱས་ནས་འདི་རྒྱད་ཅེས། རིགས་ཀྱི་བྱའམ་  
ཆོས་ཀྱི་སྦྱན་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱོད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ནམ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
སྟོན་ལམ་བཏབ་བམ་ཞེས་བྱི་ལ། དེས་ཀྱང་ལེགས་སོ་ཞེས་ཁས་སྒྲང་ངོ་། །བྱི་བ་  
གཉིས་ཀྱི་དོན་ནི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལེགས་པར་སད་པ་དང་སྟོན་སེམས་བརྟན་པ་ལ་

བྲོ། །སྒོ་བ་དཔོན་མར་མེ་མཛད་ཀྱིས་བར་ཆད་བྱི་བའི་འོག་ཏུ་སྒོ་བ་སྒོ་མ་བ་མཛད་  
ཅིང་དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྣམས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་དག་ཅི་བདག་ལས་ལེན་པར་འདོད་དམ་  
ཞེས་སྒོ་བ་མ་ལ་འདི་ཞིང་སྒོ་བ་མས་ཀྱང་ལེན་པར་འཆའ་ལོ་ཞེས་ལན་བཏབ་པའི་  
འོག་ཏུ་སྒོ་མ་བ་འཕོགས་པར་བཞེད་དོ། །

དངོས་གཞིའི་ཆོ་གཞི། ཆོ་གའི་བཟོད་ནོན་རྣམས་ལེགས་པར་འཕྲོད་པར་བྱས་  
ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། རིགས་ཀྱི་བྱ་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཁྲོད་འདས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་གྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་  
དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་གྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་  
འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། ད་ལྟ་ན་ཕྱོགས་བཅུ་དག་ན་ད་ལྟར་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་གང་ཡིན་པ་རྣམས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་  
གང་ཡིན་པ་དང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་གང་དག་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ལ་འདས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པར་གྱུར་བ་དང་། །མ་འོངས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་སྒོ་བ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཕྱོགས་བཅུ་དག་ན་ད་ལྟར་  
བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ན་སྒོ་བ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
བསྐྱབ་པའི་གཞི་ཐམས་ཅད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་དེ་  
སྒོ་མ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ང་ལས་ཞོད་དམ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ལན་རེ་རེའི་

མཐར་དེ་ཞིང་དེས་ཀྱང་ལན་རེ་རེ་ཞིང་ལོད་ལགས་སོ་ཞེས་ལན་གསུམ་ཁས་སྒྲང་  
བར་བྱའོ། །དེ་ལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ནི་གང་ལ་བསྐྱབ་པའི་གནས་རྣམས་སོ། །ཚུལ་  
ཁྲིམས་ནི་དེ་ལ་སློབ་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་དུས་གསུམ་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་པ་སྟན་མོང་བར་བསྟན་པ་དང་དེ་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་བརྗོད་པ་དང་དེ་དག་  
མདོར་བསྟུས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཁས་སྒྲང་བྱང་བཞག་ནས་ལེན་པའོ། །

འདྲུག་གི་ཆོ་ག་ལ་བཞི་ལས་མཐུན་པར་གསོལ་བ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་སྐྱ་གཟུགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟུན་ལྗང་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་བཞུགས་ཤིང་འཆོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞབས་ལ་<sup>༡</sup>གཏུགས་<sup>༢</sup>ཏེ་ཐལ་མོ་  
སྒྱར་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདིས་བདག་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་མིག་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་  
སྟོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲང་བ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་མཐོས་ལགས་ཏེ། བདག་མིང་  
འདི་ཞེས་བགྱི་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདིའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ལ་བདག་དབང་དུ་གྱུར་  
པར་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་པ་དག་ཏུ་འཕགས་པའི་  
མཆོག་ལྟོག་ཏུ་གྱུར་ཀྱང་ཐམས་ཅད་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟོག་ཏུ་མ་གྱུར་པའི་  
སྟུགས་མངའ་བ་རྣམས་ལ་མཐུན་པར་གསོལ་ལོ་ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བརྗོད་  
པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སློབ་མ་དེ་འདྲུག་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་གི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་  
བཅས་ཀྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་པར་མོས་པ་བྱས་ནས་དངོས་སུ་ཕྱོགས་རེ་རེར་བྱག་

༡ གཏུགས་

གསུམ་གསུམ་དང་མེ་རྟོག་རེ་གཏོར་ནས་མཐར་འཁོར་སྟེ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་ཕྱོགས་  
བཅུ་རྣམས་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ་ཞེས་པས་སྦྱ་བྱངས་ཏེ་མཁའ་གསོལ་མཛད་པའི་ཕྱག་  
ལེན་ཡོད་དོ། །སྟེང་དང་འོག་གི་ཕྱག་ནི་དེ་དག་ལ་དམིགས་ཏེ་ཤར་དང་བྱབ་ཏུ་  
བྱའོ། །སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་བདག་ཅག་ལ་འོ། །མ་གྱུར་པ་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་བཅས་  
ལ་འོ། །

ཕན་ཡོན་གྱིས་གཟེངས་བསྟོད་བ་ནི། འདི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཏེ་སྒྲིམ་བ་སྒྲང་  
བའི་ལས་རྫོགས་མ་ཐག་ཏུ་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་སུ་མེད་བ་དག་ན་  
སངས་རྒྱས་དང་ས་ཆེན་པོར་ཆུད་པའི་བྱང་སེམས་བཞུགས་ཏེ་འཆོ་བ་རྣམས་ལ།  
བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྒྲིམ་བ་ཡང་དག་པར་མཐོས་སོ་སྦྱར་དུ་དགོངས་པར་  
འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྟས་གདན་གཡོ་བ་སོགས་འབྱུང་ངོ་། །དེའི་རྗེས་ལ་གང་དུ་གང་  
ལ་གང་འབྲ་བ་ཞིག་གིས་སྒྲངས་སྦྱར་དུ་དགོངས་པར་འགྱུར་ཏེ་དགོངས་པར་གྱུར་ན་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་འཇུག་གོ། །གཟིགས་པ་དེས་བྱང་སེམས་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་  
བས་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་ག་གེ་མོ་ཞིག་ཏུ་བྱང་སེམས་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ལས་  
བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་བ་ཡང་དག་པར་སྒྲང་བ་ལེགས་པར་མཐོས་སོ་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་སྤྲུགས་སུ་ཆུད་པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་དང་འབྲ་བ་  
དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱན་དང་འབྲ་བར་བར་ཆད་མེད་པར་དོན་གྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག་ཅེས་དགོངས་པ་བཟང་པོས་སོ་སོ་ནས་སྤྲུགས་བཅེ་བར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་  
མཛད་པའི་བྱང་སེམས་དེའི་དགེ་བ་རྣམས་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་ཞིང་མི་ཉམས་སོ། །བྱང་



སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་སྒྲང་བ་འདི་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་སྒྲང་བ་  
ཐམས་ཅད་ལས་ཁྱད་པར་བཞིས་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། བཞི་ནི་ཆེས་གོང་  
མར་གྱུར་པ་མེད་པས་སྒྲན་མེད་པ་དང་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བྱུང་པ་མེད་པ་  
བསྐྱུས་པས་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕྱང་སོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་དང་། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་བདེའི་ལྷག་པའི་བསམ་པས་བསྐྱེད་པས་ན་སེམས་ཀྱི་བསམ་  
པ་མཆོག་ཏུ་དགེ་བས་བསྐྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒོ་གསུམ་ཀྱི་ཉེས་  
སྒྲོད་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཉེན་སོར་གྱུར་པའོ། །སོ་ཐར་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་སྒྲངས་པས་  
ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དེའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བརྒྱའི་ཆ་དང་སྒྲོང་  
གི་ཆ་དང་གྲངས་དང་ཆ་དང་བགྲང་བ་དང་དཔེ་དང་རྒྱུར་ཡང་ཉེ་བར་མི་  
འགྲོའོ། །གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་ནི། དཔོན་སྒོ་བ་གཉིས་ཀས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་  
རྟེན་ཀྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་པ་དག་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་དེ་དག་ལ་སྤར་ཡང་སྤར་བཞིན་མཆོད་པ་བྱས་ལ་ཞབས་ལ་གཏུགས་  
པར་མོས་ནས་ཕྱག་བྱས་ཏེ་ལྷང་བར་བྱའོ། །

སྒྲིམ་པ་གྲུ་ཆོམ་དུ་མི་བསྐྱག་པ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་  
འདི་དོན་གཟུང་ཞིང་ཆོག་ཀུན་ཆུབ་པར་བྱས་ཀྱང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤེ་སྒྲོད་ལ་སྤར་  
ཞིང་སྒྲོང་ལ་མ་དད་ཅིང་མོས་པ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་གྲུ་ཆོམ་དུ་སྒྲོད་མ་བཞུགས་  
པར་ཆོག་མི་བསྐྱག་ཅིང་དོན་ཤེས་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་དག་གིས་  
ཐོས་ན་མ་མོས་ཤིང་མི་ཤེས་པའི་སྤྱིབ་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱིབས་པས་རན་ཞོ་མ་རྩུང་རོ་  
དོན་མེད་དོ་ཞེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་དེ་ནི་སྒྲིམ་པ་

ལ་གནས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་རི་  
ཅམ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་ཅམ་དུ་དེ་ནི་སྐྱུར་པ་འདེབས་པའི་སྤྲིག་པའི་ཆོག་དང་།  
དེ་ལ་ཡིད་ཀྱིས་ཞེན་པའི་སྤྲིག་པའི་ལྷ་བ་དང་འདྲ་ཞེས་ཀྱིས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པའི་སྤྲིག་  
པའི་ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་དག་རི་སྤྲིད་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་མ་སྤངས་ཀྱི་བར་  
དུ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དེ་ཅམ་ཁོ་ན་དང་ལྷན་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཀྱིས་མཐུག་ཆོག་བཞིར་བསྐྱུས་པ་  
ལྷར་གཞུང་ལ་ཡང་གསལ་ལོ། །སློབ་དཔོན་དེས་མཁྱེན་གསོལ་གྱི་འོག་ཏུ་གཏང་  
རག་གི་མཆོད་པ་མཛད་ལ་གཞུང་ནས་སྤར་ལྷར་འབྱུང་ཡང་གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་  
མཐུག་ཏུ་བྱས་ན་ལག་ལེན་ལ་བདེའོ། །དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་སྤོམ་པ་ཉི་ཤུ་པར་  
གསུངས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་སྤྲས་དང་བཅས་ནམས་ལ། །གྲུས་པས་བྱུག་འཆོལ་ཅི་  
རུས་མཆོད། །སྤྱོགས་དུས་ཀྱན་ན་བཞུགས་པ་ཡི། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་  
ཀྱི་ཁྲིམས། །བསོད་ནམས་ཀྱན་གྱི་གཏེར་གྱུར་གང་། །དེ་ནི་བསམ་པ་དམ་པ་  
ཡིས། །སྤྲོམ་སྤོམ་ལ་གནས་ཤིང་མཁས། །རུས་དང་ལྷན་ལས་སྤང་བར་བྱ། །དེ་ཆེ་  
དེ་ལ་དགོ་བའི་ཕྱིར། །སངས་རྒྱས་སྤྲས་དང་བཅས་ནམས་ཀྱིས། །དགོ་བའི་ཐུགས་  
ཀྱིས་རྟག་པར་ཡང་། །བྱ་སྐྱུག་འབྲ་བར་དགོངས་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་དེ་ཆོག་རྟེན་  
དང་པོ་གཉིས་ནི་སྦྱོར་བའི་ཆོ་གའི་མཆོན་ལྟེད་དོ། །དེ་ནས་བྱུག་ནི་སྤང་བྱ་དང་ལེན་  
པའི་བསམ་པ་དང་སྤང་བའི་ཡུལ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནས་རྟེན་བ་བཞི་ནི་པན་ཡོན་  
ཀྱིས་གཞེངས་བསྟོད་པ་སྟེ་མཐུག་ཆོག་གི་མཆོན་ལྟེད་དོ། །

སྤྲོམ་སྤོམ་པའི་ཆོ་ག་ནི། གལ་ཏེ་སྤར་བ་ཤད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྷན་

པའི་གང་ཟག་མེད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱུན་སྡར་བདག་ཉིད་  
ཀྱིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྒྲང་བར་བྱ་སྟེ། སྐྱ་གོས་ཐག་པ་གཅིག་  
ཏུ་གཟུང་ནས་བྱས་མོ་གཡས་པའི་ལྷ་ང་ས་ལ་བཙུགས་པའམ་ཙམ་ཙམ་ཙམ་ཙམ་ཙམ་ཙམ་ཙམ་  
ནས་འདི་སྐད་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་སྐྱོགས་བཙུའི་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དང་ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་  
གསོལ་བ་འཆལ་ཏེ། དེ་དག་གི་སྐྱུན་སྡར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་  
ཐམས་ཅད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་དེ་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་དང་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ལ་འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་  
དང་མ་འོངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
སྐྱོགས་བཙུན་ད་ལྟར་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་སྒྲོབ་པ་  
རྣམས་བདག་གིས་ཡང་དག་པར་སྒྲུང་ངོ། ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་ནས་ལྟང་བར་  
བྱའོ། །ལྷག་མ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་ཆོག་གཞན་རྣམས་  
སྒྲ་མ་ཡོད་པའི་ཆོག་དང་འབྲ་བར་གསུངས་སོ། །འགྲེལ་བ་རྣམས་ནས་ཀྱང་ལྷག་མ་  
རྣམས་ཀྱི་འདོར་ལེན་གྱི་ཚུལ་མ་བྱུང་ཡང་བྱི་བ་བྱ་བའི་སྐྱོར་དང་མཁུན་གསོལ་དང་  
བྱ་ཆོམ་དུ་མི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་བཞག་པས་ཆོག་གས་སྟུམ་སོ། །སྒྲ་མ་ཡོད་མེད་ནི་  
ལུས་སྒོག་དང་ཆངས་སྒྲོད་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགོ་ན་ཐག་ཉི་ཡང་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
དག་དང་ཡང་མི་ལྟན་ན་ཐག་རིང་པོ་ན་ཡོད་ཀྱང་བཅའ་དགོས་པར་མདོ་ཀྱན་ལས་  
བརྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལས་བཤད་དོ། །འགྲེལ་བ་གསར་མ་ལས་སྡར་སྒྲངས་པ་ཉམས་

ནས་སྐྱར་གསོ་བ་དང་མ་གུས་པས་སྒྲོམ་པ་ལེན་ན་སྐྱ་མ་མེད་པའི་ཚོགས་མི་རུང་  
བས་སྐྱ་མ་ཡོད་པའི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་འཆད་པའི་བྱི་མ་སྐྱ་མ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལ་  
མ་གུས་ནས་རང་གིས་ལེན་པ་ཡིན་ན་བདེན་ཡང་། སྐྱར་གསོ་བ་ལ་ནི་འབྲེལ་བ་རྙིང་  
མ་ལས་སྐྱ་མ་ཡོད་ན་དེ་ལས་སྐྱར་ཞིང་མེད་ན་སྐྱ་མ་མེད་པའི་ཚོགས་སྐྱར་དུ་རུང་བའི་  
ཤེས་བྱེད་དུ་བྱང་སའི་སྐྱ་མ་མེད་པའི་ཚོགས་བྱང་ས་ནས་བསྐྱབས་པ་ནི་འབགས་པ་  
ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོམ་པ་སྐྱར་གསོ་བའི་སྐྱབས་སུ་ཡོན་ཏན་དེ་དག་  
དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་མེད་ན་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ད་ལྟར་བསྟན་པ་ཤིན་ཏུ་  
ཉམ་དམས་ཤིང་བྱང་པར་དུ་ཐེག་པ་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཇུག་སྒོ་སྒྲོམ་པ་གོང་  
འོག་སྐྱངས་ནས་རང་རང་གི་བསྐྱབ་པ་ལ་གཅེས་སྤྲས་སུ་བྱས་ཏེ་སྐྱར་བ་ཉིན་མའི་  
སྐྱར་མ་བཞིན་དུ་སོང་བས་སོ་ཐར་དང་གསང་སྤགས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་དང་པོར་ཚོགས་  
ལེན་པ་ལ་སྐྱ་མ་མེད་པར་སྐྱར་ཐབས་མེད་ལ། ལེན་པའི་ཡུལ་ཡང་གཞུང་ཞུས་ནས་  
བཞད་པ་ལྟར་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་ལྟ་ཅི་སྒྲོམ་ཏེ་ཡོན་ཏན་དང་སྒྲོན་གཉིས་ལས་ཡོན་  
ཏན་ཤས་ཆེ་བ་ཡང་ཤིན་ཏུ་དགོན་པར་སྐྱར་ན་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་འདི་ནི་  
དང་པོར་ལེན་པའི་ཆེ་ཡང་ཡུལ་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་མ་རྟེན་ཀྱང་རྟེན་ཀྱི་སྤྱན་སྐྱར་  
ཚོགས་ཞུས་པར་དག་པས་སྐྱངས་ན་མཆན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྐྱེ་བས་ན་དང་  
པོར་འཐོབ་པའི་ཚུལ་སྒྲོམ་པ་གཞན་གཉིས་དང་མི་འབྲ་བས་སྒོ་དང་ལྡན་པ་ཞུས་  
ཀྱིས་འདི་ལེགས་པར་སྐྱངས་ནས་སྐྱར་བ་ལ་སྒྲོ་བྱགས་ཆེན་པོ་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེས་  
བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞི་བ་ལྟས། །དང་དུ་བདག་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡོད། །མི་ཡི་སྤྱིད་

པའང་ལེགས་པར་ཐོབ། །དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས། །སངས་རྒྱས་སྤུ་སྤྱུ་  
ད་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་སྒྲོམ་པ་འདི་ཐོབ་ན་ཆེ་དོན་ཡོད་པ་དང་མིའི་ལུས་སྒོམ་པའི་སྙིང་པོ་  
སྒྲགས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤུ་སྤྱུ་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་ཡང་ར་ཆུད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
བསམས་ལ། དེ་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྒྱམས་  
ཏེ། །སྦྱོན་མེད་བརྩན་པའི་རིགས་འདི་ལ། །རྟོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ནི་ཅི་ལ་ཐུག་ཀྱང་ལྟོང་བའི་རྟོག་པས་མ་གོས་པར་བྱའོ་སྒྲོམ་པའི་  
བསམ་པ་བསྐྱེད་དོ། །ལེན་པའི་ཚུལ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་  
གཉིས་སྤང་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤའ་བའོ། །སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི། བྱང་  
སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་“སྒྲོམ”པ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
སེམས་དེས་འདི་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བརྟག་ཅིང་བརྟག་ཅིང་འདི་ནི་བྱང་སེམས་  
ཀྱིས་བྱར་རུང་བའི་ཆ་ཡིན་ནོ་འདི་ནི་བྱ་བའི་ཆ་མ་ཡིན་ནོ་སྒྲོམ་དུ་འཇུག་སྒྲོག་གི་  
གནས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ། དེ་ཕྱིན་ཆད་ནི་དེ་རིང་ལྟར་གཏན་ལ་པལ་བ་དེ་ཁོ་ན་  
བཞིན་དུ་ལས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞིང་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱེ་སྒྲོན་དམ་  
སྤྱེ་སྒྲོན་ཀྱི་མ་མོ་བསྐྱུས་པ་འདི་ལས་ཀྱང་མཉན་ཏེ་མདོ་སྤྱེ་དེ་དང་དེ་དག་ཏུ་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་སྒྲོང་ཐུག་དུ་མ་གསུངས་པ་དག་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་  
བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་ཡང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་  
ནི། རྒྱས་པར་ཐེག་པ་ཆེ་ལས་འབྱུང་། །ཞེས་དང་། དག་པའི་བཤེས་གཉན་མི་གཏང་  
ཞིང་། །མདོ་སྤྱེ་རྣམས་ལ་ཏྲག་བཏྲ་བས། །ཞེས་ཐབས་དེ་དག་གི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱུང་བར་

གསུངས་ཏེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གནས་ལ་གོམས་པ་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་  
བཤེས་གཉེན་མི་གཏོང་བཞི་སྤང་ཐབས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་ལ། གཞན་ཡང་སྤྱིར་ན་མདོ་  
སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་དང་ཁྱད་པར་དུ་བྱང་ས་དང་བསྐྱབ་བརྟུས་རྣམས་མཉན་དགོས་  
ལ། དེ་ཙམ་མ་རྟུས་ནའང་ཚུལ་སྤྲིམས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་ཙམ་རེ་ངེས་པར་མ་ཉན་ན་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་སྤོངས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་  
མིང་ཙམ་སྟེ་བྱིས་པ་རྣམས་འབྲིད་པར་རྟུས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ཆེན་པོ་  
རྣམས་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་ངེས་པ་རྟེན་པའི་མཁས་པ་སྤྱི་ཞིག་དགའ་བར་འགྱུར། དེ་  
དག་ཉན་ནས་ཀྱང་འབད་པས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སློབ་དགོས་ཀྱི་དབུལ་པོས་སྤྲུག་པོའི་ཁོར་  
བཟང་བ་ལྟར་མི་བྱ་སྟེ་ཆོམས་ལས། གཤམ་ཏེ་རིགས་བཅས་མང་དུ་སྤྱས་ཀྱང་ནི། །བག་  
མེད་མི་དག་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་འགྱུར། །དཔེར་ན་སྤྲུགས་རྗེས་གཞན་གྱི་སྤྲུགས་བཟང་  
ལྟར། །དེ་དག་དགོ་སྤྱོད་སྐལ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན། །གཤམ་ཏེ་རིགས་བཅས་ཉུང་དུ་སྤྱ་བྱེད་  
ཀྱང་། །ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པ་དང་། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་སྤྲུག་སྤོང་  
བྱེད་པ། །དེ་དག་དགོ་སྤྱོད་སྐལ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། །སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་།  
ལུས་ཀྱིས་འདི་དག་སྤྱད་པར་བྱ། །ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་འབྱུག། །སྤྲོད་དབྱེད་  
བསྐྱབས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །ནད་བ་དག་ལ་པན་འགྱུར་རམ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །

འོ་ན་ལས་དང་པོ་པས་མདོ་སྡེ་ལས་འབྱུང་བའི་བསྐྱབ་པའི་གནས་རིམ་  
ཞིག་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞེ་ན། ལས་དང་པོ་བ་ལ་རྒྱལ་བས་དངོས་སུ་བཀག་པ་དང་།  
མ་བཀག་ཀྱང་ལས་དང་པོ་པའི་སྐབས་སུ་དངོས་སུ་ཉམས་སུ་སྤང་མི་རུང་བ་གཉིས་

མ་གཏོགས་པས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མ་བསྐྱབ་ན་ཉེས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། གང་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
སྦྱིར་བསྟན་པ་དེ་ཡང་གོམས་པར་བྱར་མི་རུང་བའམ་དགག་པའི་དབང་གིས་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་དང་པོ་པས་བསྐྱབ་པར་མི་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་མེད་  
ན་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དམིགས་བསལ་  
གཉིས་མ་གཏོགས་པ་ལ་སློབ་པ་ན་མ་རྟམ་པ་ལ་ལྟང་མེད་དུ་འགྲོ་བ་ཡང་། དེ་ཉིད་  
ལས། དེ་ལ་ཡང་བསྐྱབ་པ་གཅིག་སྐྱབ་པ་ན་བསྐྱབ་པ་གཞན་སྤང་མ་རྟམ་ཀྱང་ལྟང་  
བར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་སྐད་དུ་འཕགས་པ་སློ་གོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས།  
སྦྱིན་པའི་དུས་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་རྟམ་བ་བཏང་སྟོམས་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་  
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་ལྟོད་པར་ཡང་མི་བྱ་སྟེ་ལྷག་མ་གཞན་ལ་མི་སྐྱབ་པ་ཡང་  
མ་ཡིན་གྱི་ཅི་རྟམ་ཅི་འོས་སུ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པོ་ཞེས་ས་བཅུའི་མདོ་ལས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའོ། །

བསྐྱབ་པ་དེ་དག་ལ་སློབ་པ་ན་ལྟང་བར་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་ནི་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་  
བསྐྱེད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
གཡོ་མེད་པར་སྤྱང་ཐག་པ་ནས་སློ་གསུམ་བཙུན་པས་ནན་ཏན་མི་བྱེད་པར་ཡལ་  
བར་བོར་ན་ལྟང་བ་དང་བཅས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དུས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཙམ་ཡལ་བར་  
བོར་ཡང་འདའོ། །བཙུན་པས་ནན་ཏན་བྱེད་ཀྱང་དེའི་མཐུན་སྦྱེན་ཆོགས་པ་མི་ཆོལ་  
བ་དང་བཙུན་པ་དེའི་འགལ་སྦྱེན་གྱི་གཉེན་པོ་ལ་མི་འབད་པར་སྤར་བཞིན་ཡལ་བར་

“བོར་<sup>༡</sup>ན་ཡང་ལྷུང་བ་དང་བཅས་པའོ། །སྤྱག་བསྐལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་ཆུང་བྱས་དེ་  
གཉིས་ཆེན་པོའི་གཉེན་པོ་མི་བསྐྱེད་བ་དང་དོན་ཆེན་པོ་སྦྱབ་པའི་ཕྱིར་དོན་ཆུང་བྱ་  
ཉམས་པར་མི་བྱེད་པར་སྐྱད་ཅིག་ཅམ་ཞིག་ཡལ་བར་”བོར་<sup>༢</sup>ཡང་ལྷུང་བ་དང་བཅས་  
པའོ། །རང་གིས་མི་བྱས་པའི་བསྐྱབ་པ་ནམས་མ་བསྐྱབས་པ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་དེ། དེ་  
ལ་ནི་བསྐྱབ་པ་བཅས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཉེ་དེ་ལ་  
བཅོན་པར་བྱེད་ན་ལྷུང་བར་འགྱུར་ལ་ལྷུང་བ་དེ་ཡང་སྤྱིར་སྤྲིག་པ་བཤགས་པའི་ནང་  
དུ་འདུས་པས་སྒོས་བཤགས་མི་དགོས་པར་དེ་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །བྱས་པའི་  
བསྐྱབ་པ་ནམས་ལ་བཅོན་པར་མ་བྱས་ན་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་རང་བཞིན་གྱི་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་གསུངས་པ་ནི་ཤེས་བཞིན་དུ་ཞུགས་པའི་ཆ་ནས་ཡིན་པ་  
འདྲའོ། །ལྷུང་བར་འགྱུར་”ཚུལ་<sup>༣</sup>གཉིས་པ་ནི། ཡང་མདོར་ན་བྱང་མེམས་གྱི་ལྷུང་བ་  
གཉིས་ཉེ་མ་བརྟགས་པར་ཞུགས་པའི་ལྷུང་བ་དང་བརྟགས་ཀྱང་འོས་པ་ལས་འདས་  
པའི་ལྷུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་བྱས་པར་བྱ་བར་རིགས་པ་དང་མི་”རིགས་<sup>༤</sup>པ་མ་  
བརྟགས་པར་བྱ་བ་དེ་རྩོམ་པའམ་”དེ་<sup>༥</sup>ལས་ལྡོག་པའམ་བཏང་སྟོམས་སུ་འཇུག་ན་  
ལྷུང་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། བྱ་བར་རིགས་མི་རིགས་བརྟགས་ཉེ་འཇུག་པ་དང་ལྡོག་པ་  
དང་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པར་འོས་པ་ལས་འདས་ཉེ། དེ་དག་ལས་ལོག་པར་སྤྱད་  
ན་ཐ་ན་གདོལ་པའི་བྲན་གྱིས་འཕྲས་པ་ལས་འདས་ན་ཡང་ལྷུང་བ་དང་བཅས་པའོ་

<sup>༡</sup> བར

<sup>༢</sup> བེར

<sup>༣</sup> ཚུལ

<sup>༤</sup> རིགས

<sup>༥</sup> ད



ཞེས་བསྐབ་བརྟམ་སྲུ་བསྐབ་པའི་སྤྱི་འོག་ཏུ་གསུངས་སོ། །

བྱ་བའི་ཆ་དང་བྱ་བའི་ཆ་མ་ཡིན་པ་མདོར་བསྐྱུས་པ་སྒྲིམ་པ་ནི་ཤུ་པ་ལས་  
འབྱུང་བ་ནི། གཞན་རྣམས་དང་ནི་བདག་ལའང་བྱང་། །སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་ཡང་གང་  
པན་དང་། །པན་དང་བདེ་བ་རྣམས་བྱ་སྟེ། །བདེ་ཡང་མི་པན་མི་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །དེ་  
ལ་པན་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་ཞིང་ཁ་ན་མ་སོ་བ་མེད་པའི་བྱིར་བྱི་མ་ལ་ཡང་  
རྣམ་པར་སྤྱོད་པ་བདེ་བའོ། །བདེ་བ་ནི་བདེ་བར་ཆོར་བའོ། །འབྲལ་དུ་བདེ་ལ་ཕྱགས་  
སྲུ་པན་པ་ནི་རང་བཞན་ལ་བསྐྱབ་པར་དེས་ཀྱི་ལ་འབྲལ་དུ་སྤྱག་བསྐལ་ལ་ཕྱགས་སྲུ་  
གཞོད་པ་ཡང་རང་གཞན་ལ་མི་བྱ་བར་དེས་སོ། །འབྲལ་སྤྱག་བསྐལ་ཡང་བྱི་མར་  
པན་པ་ཡིན་ན་བྱ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། དམ་པས་སྤྲད་པའི་ཉེས་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པ་  
བཀག་ན་འབྲལ་དུ་སྤྱག་བསྐལ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ནི་སྤྲོད་ཆ་བ་རོ་ཤིན་ཏུ་མི་ཞིས་པ་  
འབྲལ་དུ་གཞོད་པར་སྤང་ཡང་ནད་ལ་པན་པས་བསྟེན་པ་བཞིན་ནོ། །ལོག་གཤམ་ལྟ་  
བུ་འབྲལ་དུ་བདེ་བར་སྤང་ཡང་བྱི་མར་སྤྱག་བསྐལ་མང་པོ་འཕེལ་བ་ནི་དུག་བཅས་  
ཀྱི་འབྲས་ཆན་ཞིས་པོ་བཞིན་དུ་དགག་དགོས་སོ། །འདི་རྒྱས་པར་བྱང་སའི་བདག་  
གཞན་ཀྱི་དོན་པན་བདེའི་རྒྱའི་སྐབས་སྲུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་  
བྱག །སྤང་བྱའི་ལྟངས་ལ། དེ་ལས་སེམས་བསྐྱང་བའི་ཚུལ། ཉམས་ན་བྱིར་བཅོས་  
ཐབས། ཆགས་པ་ཉེས་པ་རྒྱུང་བར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ། ཉེས་པ་ཆེ་རྒྱུང་གི་དབྱེ་  
བ། བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གནས་པའི་རྒྱའོ། །དང་པོ་ནི། འདིར་ལྟངས་བསྐྱེད་པའི་རྟེན་  
ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ལ་ལྟངས་བ་སྟེ་ཆན་དུ་སྐྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྟེན་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་

༡ ངས

༢ རྟེན

སེམས་འབྱུགས་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚེར་བས་ཉེན་པ་དང་སྤོམ་པ་མ་མཐོས་པ་ལ་  
ནི་ཤིན་ཏུ་ཉེས་པ་མེད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གཞུང་ལས་གསུངས་པས་སྤོམ་པ་  
ཐོབ་ལ་མ་བཅང་བ་དང་བསམ་པ་རྣམས་ཏུ་གནས་པ་སྟེ་ཚོས་གཉིས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་  
དགོས་སོ། །

ལྷུང་བའི་སྤེ་ཚན་ནས་རིས་ནི། གཉིས་ཁོ་ནར་ངེས་པ་སྟེ་སྤོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་  
འགྲེལ་པ་རྟིང་མ་ལས། གང་གི་ཕྱིར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་པ་ལ་ཉེས་པའི་རིས་  
གཉིས་སུ་ཟད་པར་འབྱུང་སྟེ་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཚོས་སུ་གཏོགས་པ་དང་ཉེས་  
བྱས་ཀྱི་ཚོས་སུ་གཏོགས་པའོ། །དགེ་སྤོང་གི་སྤོམ་པ་ལས་ཉེས་པའི་རིས་ལྟ་འབྱུང་  
བ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། འགྲེལ་པ་གསལ་མ་དང་སྤྱབ་པ་དགོངས་རྒྱུ་  
ལས་ཀྱང་ལྷུང་བའི་ལུས་སམ་སྟེ་གཉིས་ཁོ་ནར་གསུངས་ཤིང་གཞུང་གི་དོན་ཡང་དེ་  
ཁོ་ན་ལྟར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བོད་ཁ་ཅིག་དང་ནག་པོ་པའི་དཀའ་འགྲེལ་  
ལས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་པ་ལ་པམ་པའི་གནས་དང་སྤོམ་པའི་ལྷུང་བ་དང་  
ཉེས་བྱས་ཀྱི་ལྷུང་བ་རྣམས་བསྐྱུང་དགོས་པས་ཞེས་རིས་གསུམ་ཏུ་འཆད་པ་མི་  
འཐད་དེ། འཐད་ན་ཟག་པ་རྒྱང་འབྲིང་གི་ལྷུང་བ་རྣམས་སྤོམ་པོར་བྱ་དགོས་ན་དེ་དག་  
པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཚོས་དང་ཉེས་བྱས་སུ་གཞུང་འདིར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ན་ཟག་པ་རྒྱང་འབྲིང་གི་ལྷུང་བའི་རོ་བོ་ཉེས་བྱས་ཡིན་ལ་རིས་སམ་སྟེ་ཚན་ནི་  
པམ་པའི་སྤེ་ཚན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་པམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་སྤོམ་པོ་དང་ཉེས་བྱས་རྣམས་  
པམ་པའི་སྤེ་ཚན་ཏུ་འཛོག་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་བ་ལ་གཉིས། པམ་པའི་སྤེ་ཚན་དང་། ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྤེ་

ཚན་མོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ། བཅ་བ་སོ་སའི་རང་བཞིན། དེ་དག་གི་བྱེད་བཀའ་ཀུན་དགེས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ། གསོར་རུང་བའི་བྱང་པར། ཞར་ལ་གཏོང་བའི་རྒྱ་བསྟན་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། གཞུང་འདི་ནས་བཤད་པ་དང་། གཞུང་གཞན་ནས་བཤད་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་བྱང་སེམས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་བ་ལ་གནས་པའི་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཚོས་བཞི་ཡོད་དེ་བཞི་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་པམ་བར་འགྱུར་པའི་ཡན་ལག་སྟན་མོང་བ་དང་། སྟན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ལས། སྟན་མོང་བ་ནི། ཀུན་དགེས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་སྐབས་སུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡན་ལག་སྟན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། རྟེན་པ་དང་བཀུར་སྟེ་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་ཏེ་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་ལ་སྟོད་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཚོས་དང་པོ་འོ། །འདི་ལ་གསུམ་སྐུ་སའི་ཡུལ། བརྗོད་བྱ་གང་སྐྱས་པ། སྐྱ་བའི་ཀུན་སྟོང་རོ། །དང་པོ་ཡུལ་ནི། འདི་དག་ལ་བརྟེན་པའི་པམ་འབྲེལ་ཡིན་པས་རང་ལས་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་སྐྱ་ཤེས་ཤིང་དོན་གོ་བ་རང་དང་རིགས་མ་སྟན་པའི་འགྲོ་བ་ཅིག་དགོས་ཏེ་གསལ་བར་མ་བྱུང་ཡང་དོན་གྱིས་འཕྲོ་བ་ལོ། །བརྗོད་བྱ་ནི། རང་གི་ཡོན་ཏན་དང་གཞན་གྱི་སྟོན་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡང་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་ཡོན་ཏན་ཅན་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཀུར་བའི་གནས་ལ་སྟོད་པའོ། །ཀུན་སྟོང་ལ་བཞི། ཆགས་ཡུལ་རྟེན་བཀུར་གྱི་ཆད། ཡུལ་ཅན་ཆགས་པའི་“ཆད”། རྟེན་བཀུར་འཕྲོ་བ་པའི་ཡུལ་གྱི་བྱང་པར། ཀུན་སྟོང་ལ་རྟེན་བཀུར་གཉིས་ཀ་ལ་ཆགས་པ་དགོས་མི་དགོས་བརྟག་པའོ། །

རྟེན་བཀུར་གྱི་ཆད་ལ་རྟེན་པ་ནི། གོས་དང་ཟས་དང་གནས་ཁང་དང་བཞོན་

བ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་པ་གང་ཡང་རུང་བའོ། །བཀྱར་སྟེ་ནི་ཁྱི་དང་སྟན་ལ་སོགས་  
 བས་བཀྱར་བར་བྱེད་པའོ། །ཡུལ་ཅན་ཆགས་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་དང་  
 དམན་པ་ལ་སྟོང་བཅེ་བས་ཤོངས་པ་བསལ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱིར་རྟེན་བཀྱར་དོན་  
 ཏུ་གཉེར་བ་ཅམ་མིན་གྱི་རྟེན་བཀྱར་ལ་རང་གི་རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་སྟེད་པ་སྟེ་ལྷག་པར་  
 ཞེན་པའོ། །ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་ནི། རྟེན་པ་ལ་རང་དང་ཞོར་མི་གཅིག་པ་དགོས་ཏེ། དེ་  
 ལྷ་མ་ཡིན་ན་བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་དོན་མེད་པས་སོ། །བཀྱར་སྟེ་ནི་རང་གི་འཁོར་  
 ལ་ཡང་དོན་ཏུ་གཉེར་བས་ཞོར་སོ་སོ་བ་མི་དགོས་སོ། །ཀུན་སྟོང་ལ་གཉིས་ཀ་  
 དགོས་མི་དགོས་ནི་བསྟོད་སྤང་གཉིས་ཀ་ལ་རྟེན་བཀྱར་གང་རུང་ལ་ཆགས་པ་ཞིག་  
 དེས་པར་དགོས་ཀྱི་གཉིས་ཀ་ཆོགས་པ་མི་དགོས་སོ། །དེ་ལྷ་བྱུང་ཀུན་སྟོང་གིས་  
 བསྟོད་སྤང་གང་རུང་སྤྲས་པ་པ་རོལ་པོས་དོན་གོ་བ་ནི་པམ་འབྲང་དང་པོའོ། །སྟོང་པ་  
 ཉི་ཤུ་པའི་འབྲེལ་པ་གསར་མ་ལས་གཞན་ནི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་འཕྲོ་བ་རྣམས་  
 གྱིས་བཀྱར་བའི་གནས་ལ་བཤད་ཅིང་། ས་སྤྱ་བྲས་བྱས་ཟེར་བ་ལས་ཀྱང་གཞན་  
 ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་བཤད་པ་སྤྲ་མ་དང་མཐུན་ནོ། །ནམ་མཁའའི་སྟོང་པོའི་མདོ་ལས་  
 བཤད་པ་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་དོ། །རྟེན་བཀྱར་དང་དེ་ལ་ཆགས་  
 པ་ནི་འབྲེལ་པ་གསར་མ་ལས། རྟེན་པར་བྱེད་པས་ན་རྟེན་པ་སྟེ་གོས་དང་ཟས་ལ་  
 སོགས་པའོ། །བཀྱར་སྟེ་ནི་ལེགས་པར་རིམ་གྱོ་བྱེད་པ་སྟེ་དེ་དག་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་  
 པ་ནི་དེ་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་པའོ་ཞེས་དང་། ས་སྤྱ་བྲས་བྱས་ཟེར་བ་ལས་ཀྱང་། རྟེན་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཟའ་བ་དང་བགོ་བ་དང་ཞོར་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པའོ། །བཀྱར་སྟེ་ནི་རི་  
 མོར་བྱས་ཏེ་ཕུ་དུད་དང་རིམ་གྱོ་བྱ་བ་དང་ཁྱི་སྟན་ལ་སོགས་པའོ་ཞེས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། ལོངས་སྤྱོད་དག་ཡོད་དེ་བདོག་བཞིན་དུ་ཆགས་པའི་རང་  
བཞིན་ཅན་གྱིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་བ་དང་བཞེན་བ་དང་མགོན་མེད་བ་དང་། ཉེན་མེད་པའི་  
སློང་བ་པོ་ལེགས་པར་འོངས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་སྤྱ་བས་ཟང་ཟིང་མི་གཏོང་བ་དང་  
ཆོས་ལ་སེར་སྤྲ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལེགས་པར་འོངས་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་  
གྱི་བལོ་བཤའ་མི་བྱེད་པ་བྱང་སེམས་གྱི་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་གཉིས་  
པའོ། །འདི་ལ་བཞི། སློང་བ་པོ། བསྐྱང་བྱའི་རྩལ། བསྐྱང་སའི་ཡུལ། བསམ་བ་ཇི་ལྟ་  
བྱས་མ་བྱིན་པའོ། །དེ་ལ་སློང་བ་པོ་ནི། འོར་ལ་སོགས་བ་དང་མི་ལྡན་པའི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་བ་དང་ཟས་དང་མི་ལྡན་པའི་བཞེན་བ་དང་། རོ་བོ་ལྟ་བུ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་  
མགོན་མེད་བ་དང་གཉེན་བཤེས་སམ་པན་འདོགས་རུས་པའི་ཉེན་མེད་བ་ཞེས་  
འབྲེལ་བ་ཁ་ཅིག་དུ་བཤའ་དོ། །མདོར་ན་ལོངས་སྤྱོད་དེ་གཉིས་གྱིས་པོངས་ཤིང་། དེ་  
སེལ་བ་ཡང་བྱང་སེམས་ལས་གཞན་ད་ལྟ་མེད་པའོ། །དེ་ཡང་བསམ་བ་ཐག་བ་ནས་  
སློང་ཞིང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཕྱིར་རང་གི་བྱང་དུ་ལེགས་པར་འོངས་པའོ། །ས་སྤྱ་བས་  
བྱས་ཟེར་བ་ལས། སློང་བ་མདོན་དུ་གནས་ན་ཞེས་འཆད་དོ། །བསྐྱང་བྱའི་རྩལ་ནི་  
མཆོན་ལ་སོགས་བ་མི་འཕྲོད་བ་དང་དུག་ལ་སོགས་བ་མི་རུང་བ་མིན་བ་སྟེ། དེ་ཡང་  
གཞོད་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེ་ནའོ། །བསྐྱང་སའི་ཡུལ་ནི། འབྲེལ་བ་གསར་མར་སྦྱིན་  
པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཡོད་བ་དང་ཆོས་རྣམ་པར་ངེས་བ་ཡིན་ཡང་། ཞེས་གསུངས་  
བ་ལྟར་རང་ལ་ཡོད་པའོ། །བསམ་བ་ནི་སེར་སྤྲའི་འབྱུངས་པས་ཟིལ་གྱིས་ནོན་ནས་  
མི་སྟེར་བར་ཐག་བཅད་པའོ། །གཞུང་ལས་ཟང་ཟིང་མི་སྟེར་བ་ལ་སྤྱིང་སྤྱ་བ་དང་།  
ཆོས་མི་སྟེར་བ་ལ་སེར་སྤྲ་བྱེད་ཡང་འབྲེལ་བ་གསར་མ་དང་། ས་སྤྱ་བས་བྱས་ཟེར་

བ་གཉིས་ཀ་ལས་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གཉིས་ཀ་སེར་སྒྲུལ་མི་སྟེར་བ་ལ་བཤད་ཅིང་།  
སྟོམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་དགོངས་པ་བྲལ་བ་ལེགས་སོ། །འོད་ཁ་ཅིག་  
རང་གིས་མི་སྟེར་བར་ཐག་བཅད་པས་མི་ཆོག་གི་སྟོང་བ་པོ་རེ་བ་ཆད་པ་དགོས་ཟེར་  
བ་ནི་རྒྱ་གཞུང་གང་ནས་ཀྱང་མི་འབྱུང་ཞིང་དོན་གྱིས་ཐོབ་པ་ཡང་མི་ན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནི། གང་གིས་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའ་ཆོག་རྩལ་མོ་སྒྲུལ་པ་ཅམ་  
གྱིས་གཏོང་བར་མི་བྱེད་དེ་ཁོ་བའི་ཀུན་ནས་དགྱིས་པ་དེ་ལྟ་བུ་འཕེལ་བར་བྱེད་ལ་ཁོ་  
བས་ཟིལ་གྱིས་ནོན་ནས་ལག་བཏམ་བོང་བཏམ་དུ་བྱུག་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
དེག་པར་བྱེད་རྣམ་པར་འཆེ་བར་བྱེད་རྣམ་པར་མཐོ་འཆམ་པར་བྱེད་ཅིང་། ཁོ་བའི་  
བསམ་པ་བདོ་བ་ཁོ་ན་ཞེ་ལ་བཟུང་སྟེ་གཞན་དག་གིས་ཤད་གྱིས་སྤངས་ཀྱང་མི་ཉན་  
ཞིང་མི་བཟོད་ལ་བསམ་པས་མི་གཏོང་བ་འདི་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་པའི་གནས་  
ལྟ་བུའི་ཆོས་གསུམ་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས། འཆོགས་པ་ལ་བསམ་པ་དང་སྟོར་  
བ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་སེམས་གཞན་ལ་ཁོས་ནས་ཆོག་རྩལ་པོ་སྒྲུ་ཞིང་དེ་  
ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ཁོ་བ་མི་གཏོང་བར་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་དེས་ཟིལ་གྱིས་ནོན་  
པའོ། །གཉིས་པ་ནི། དེའི་དབང་གིས་ལྷུས་དངོས་སམ་དེས་འཕངས་པའམ་དེ་དང་  
འབྲེལ་བས་གཞན་ལ་དེག་པ་དང་གོ་རར་འབྱུག་པ་སོགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་འཆེ་བ་དང་  
ལྷག་གིས་བཞུ་བ་དང་འཆིང་བ་སོགས་ཀྱིས་མཐོ་འཆམ་པར་བྱེད་པའོ། །འདིའི་ལྷུས་  
སེམས་ཅན་ལ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་མི་གསལ་ཀྱང་རང་དང་རིས་མ་ཐུན་པའི་འགྲོ་བ་དོན་  
གོ་བ་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ། “ཆོག་ཀྱི་རྩལ་མོ་སྒྲུ་བའི་དག་གི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་ལྷུས་དུ་སྤང་བ་

དང་། བསྐྱབ་བརྟམ་ལས་ཀྱང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆམ་བ་ལ་བརྟེག་བ་ལ་ཙ་ལྷུང་དུ་  
གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །

འད་སྦྱང་མི་ལེན་བ་ལ་བཞི། འད་སྦྱང་བྱེད་པ་ལོ། བྱེད་པའི་ཚུལ། ཀུན་སྒྲོང་།  
འད་སྦྱང་མི་ལེན་པའི་རོ་བོའོ། བྱེད་པ་ལོ་ནི། འགྲེལ་བ་གསར་མ་དང་རྩི་ན་སྤྱ་ཏམ།  
གཞོད་པ་བྱེད་པས་གཞོད་པའི་ཉེས་པ་འད་གྱིས་སྦྱངས་ཀྱང་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྤར་  
བྱང་སེམས་ལ་གཞོད་པ་བྱས་བ་ད་ལྟ་བསམ་བ་ཐག་པ་ནས་འད་སྦྱང་བྱེད་འདོད་  
པའོ། །ཚུལ་ནི་དུས་དང་མ་ཐུན་བ་དང་ཆོས་དང་མ་ཐུན་པས་བཟོད་གསོལ་གྱི་བརྟེ་  
སྒྲོད་པའོ། །ཀུན་སྒྲོང་ནི། སྤར་གྱི་གཞོད་པ་ལ་ཁྲོས་པའི་བསམ་བ་བདོ་བ་ཞེ་ལ་བཟུང་  
བའི་ཁྲོན་འཛིན་ནོ། །རོ་བོ་ནི། དག་མི་ཉན་ཞིང་བཟོད་པ་ཁས་མི་ལེན་ལ་བསམ་པས་  
ཁྲོ་བ་མི་གཏོང་བའོ། །བཞི་བ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་སྒྲོད་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་བ་དང་  
བདག་ཉིང་དམ་གཞན་དག་གི་གཡམ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ལྟར་བཅོས་བ་ལ་མོས་ནས་  
དེ་ལ་དགའ་བ་དང་སྟོན་བ་དང་འཛོག་པ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་  
ཆོས་བཞི་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས། ཐེག་ཆེན་སྒྲོང་བ་ལ་གཞི་དང་སྒྲོང་ཚུལ་གཉིས་  
སོ། །དེ་ལ་སྦྱར་བ་གདབ་པར་བྱ་བའི་གཞི་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་སྒྲོད་ཐབ་བ་དང་རྒྱ་  
ཆེ་བ་གཉིས་ཀ་སྟོན་བ་ཆོགས་པའི་སྤྱིའོ། །སྒྲོང་ཚུལ་ནི་འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྦྱར་  
བ་འདེབས་པའོ། །ལྟར་སྦྱང་སྟོན་བ་ལ་ཡང་གཉིས་ལས་བསྟན་པར་བྱ་རྒྱུ་ནི། གཞན་  
རྣམས་ལས་གསལ་བར་མ་བྱུང་ལ། ས་སྤྱ་དུས་བྱས་ཟེར་བ་ལས་ཉི་ཆེ་བའི་བསྟན་  
པའམ་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་པ་ལ་བའད་དེ། འོན་ཀྱང་དམ་ཆོས་ལྟར་སྦྱང་དུ་འདུག་གི་  
ཐེག་ཆེན་ལྟར་སྦྱང་དུ་མི་འདུག་པས་ནག་པོ་བསྟན་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་བ་ཐམས་

ཅད་ལ་བྱའོ། །སྟོན་པའི་ཚུལ་ནི་རང་ཉིད་དེ་ལ་དགའ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་སྟོན་ཞིང་  
དེའི་ལྷ་བ་ལ་གཞན་འཇུག་པའོ། །

དེ་དག་གི་དོན་མདོར་བསྡུས་པ་སྟོན་པ་ཉི་ཤུ་པ་ལས་འབྱུང་བ་ནི། ཉན་  
མོངས་བྲག་ལས་འབྱུང་བ་ཡི། །སྟོན་པ་ཞིག་པར་གང་གྱུར་པ། །དེ་ཡི་ཉེས་པ་བཞི་པོ་  
ནི། །པམ་པ་འབྲ་བར་དགོངས་པ་ཡིན། །རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་ཆགས་པ་ཡིས། །བདག་  
བསྟོད་གཞན་ལ་སྟོན་པ་དང་། །སྤྱག་བསྐྱེལ་མགོན་མེད་གྱུར་པ་ལ། །སེར་སྤྲུལ་ཆོས་  
འོར་མི་སྟེར་དང་། །གཞན་གྱིས་བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་པར། །ཁྲིས་པས་གཞན་ལ་  
འཆོག་པ་དང་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་བྱེད་ཅིང་། །དམ་ཆོས་འབྲར་སྤང་སྟོན་  
པའོ། །ཞེས་པའོ། །ཉན་མོངས་བྲག་པོ་ནི་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོའོ། །དེའི་ཞེས་པ་ནི་བྱང་  
སེམས་སྟོན་ལྷན་དེ་ཡིའོ། །པ་རོལ་རྒྱལ་ནས་འདི་དག་གིས་སྟོན་པ་ལས་ཉམས་ཤིང་  
འཇིག་པར་བྱེད་པས་ན་པས་པམ་པའོ། །སྟོན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཅོམ་དུ་མཚུངས་པས་  
པམ་པ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་གྱི་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་མི་འབྲ་སྟེ་དགེ་སྟོང་པམ་པ་བྱུང་བ་བྱིར་  
མྱང་དུ་མེད་གྱི་འདི་ལ་ཡོད་པས་སོ། །ཞེས་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ་འཆད་དོ། །རི་ལྷར་ཉན་  
ཐོས་འབྲིག་པའི་ཆགས་པས་རང་གཞན་སུན་སྤྱང་བས་སྐྱལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་རྟེན་བཀྱར་ལ་སྟེད་པས་རང་གཞན་སུན་སྤྱང་བ་དང་། ཉན་ཐོས་  
བརྟམ་ཆགས་གྱིས་གཞན་གྱི་འོར་བརྟུས་ན་པམ་པར་འགྱུར་ལ་འདིར་ནི་ཆོས་དང་  
ཟང་ཟེང་ཡོད་བཞིན་དུ་མི་སྟེར་ན་པམ་པ་དང་། ཉན་ཐོས་ནི་མི་བསད་པས་པམ་པར་  
འགྱུར་ལ་འདིར་ནི་སེམས་ཅན་ལ་མནར་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ལག་པ་ལ་སོགས་པས་  
གཞོད་པ་སྟེད་པ་དང་། གཞོད་བྱེད་གྱིས་ཤད་སྤྱང་བྱས་པ་མི་ཉན་ན་པམ་པ་དང་།



ཉན་ཐོས་མེད་བཞིན་དུ་ཐོབ་པའི་ཆོས་བསྐྱགས་པས་པམ་བར་འགྱུར་ལ་འདིར་ནི་  
ཡོད་པ་མི་སྟོན་ཞིང་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱར་བ་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྟོན་པས་པམ་བའོ་  
ཞེས་རྒྱ་མཆོ་སྤྲིན་གྱིས་བཤད་པ་དང་། འགྲེལ་བ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་སོ་ཐར་གྱི་པམ་  
བ་དང་གངས་དང་ཀུན་སྒྲོང་འབྲ་བ་པམ་བ་དང་འབྲ་བའི་དོན་དུ་འདོད་པར་སྒྲུང་རོ། །

འདིར་པམ་བར་འགྱུར་ཚུལ་ལ་བོད་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཞུང་ནས་པམ་བའི་  
གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ཡི་ཉེས་པ་བཞི་པོ་ནི། ཞེས་  
གསུངས་པས་བཞི་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་བརྒྱད་དུ་བྱེད་པ་མི་འཐད་ཅེས་ཟེར་ཏེ་འདི་ཡི་  
ལུགས་ལྟར་ན་པམ་བ་རེ་རེ་ལ་བསྟོད་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གཉིས་གཉིས་ཆོགས་  
བ་དགོས་སོ། །ཡང་བོད་ཁ་ཅིག་བསྟོད་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པ་ཡ་གྲུལ་རེ་རེ་ལ་ཡང་པམ་  
བར་འགྱུར་བས་བརྒྱད་དང་སོ་ཐར་གྱི་པམ་བ་བཞི་སྟེ་བཅུ་གཉིས་སུ་སྟེ་དབྱུག་བ་  
དང་སྟམ་འཁྱར་གྱི་རིགས་པ་བཞིན་དུ་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་ནས་བདག་བསྟོད་  
གཞན་སྟོད་བྱས་པས་པམ་བར་འགྱུར་ན་འབྲིག་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཞེས་པ་ལ་སོགས་  
པའི་སྟོན་སྐབ་བྱེད་སྒྲུབ། །འདི་རྒྱ་མཆོ་སྤྲིན་འདོད་ཅེས་པ་ནི་བྱང་པའི་འགྲེལ་བར་  
ནི་བྱར་ཅམ་ཡང་མེད་ལ་ས་སུ་བྲ་མེ་རྣམས་བྱས་ཟེར་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེ་འུའི་འགྲེལ་  
བར་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་པ་སོགས་མི་བྱེད་ན་འབྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་མི་  
བྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཞེས་སོ་ཐར་གྱི་པམ་བ་རྣམས་ལས་ལྟོག་པར་བསྟན་གྱི་བྱང་  
སེམས་ལ་དེ་དག་པམ་བར་བསྟན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་ཁུངས་སུ་བ་གྱི་བཀའ་བསྟན་  
བཅོས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་རང་བཟོ་འབའ་ཞིག་གོ། །པམ་བ་བཞིར་གསུངས་པ་ནི་  
བསམ་པའི་ངོས་ནས་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་པ་དང་ལོངས་སྟོན་ལ་

སེར་སྒྲ་བྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པའི་སེམས་དང་ཚོས་ལ་ལོག་པར་སྒྲུབ་  
པའི་སྒོངས་པའི་པམ་པ་བཞི་ཡིན་ལ། བརྒྱད་དུ་བྱས་པ་ནི་སྒྲོར་བའི་ངོས་ནས་ཡིན་  
ཏེ་འདི་ལྟར་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་སྟོད་པ་དང་ཚོས་མི་སྟེར་བ་དང་ནོར་མི་  
སྟེར་བ་དང་སེམས་ཅན་ལ་འཚོག་པ་དང་ཤད་སྒྲུང་མི་ལེན་པ་དང་དམ་པའི་ཚོས་  
སྟོང་བ་དང་ཚོས་ལྟར་སྒྲུང་སྟོན་པའི་པམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། །དེའི་བྱིར་  
བཞིར་གསུངས་པས་བརྒྱད་དུ་བྱེད་པ་ལ་མི་གནོད་དོ། །

དེས་ན་ཐུབ་པའི་དགོངས་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྟོང་  
ལས་ནི་ཙ་བའི་ལྷུང་བ་བཞི་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་ཀྱང་བཤད་ཅིང་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་  
གཞན་ལ་སྟོད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྷུང་བ་བཞི་པོ་འདི་རྣམས་ཀྱང་སོ་  
སོར་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞུང་འདིར་བསྟོད་  
སྟོད་ལ་སོགས་པ་བརྒྱད་སོ་སོར་སྤལ་ནས་གསུངས་ཤིང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱོན་གྱིས་པམ་པ་  
གཉིས་པའི་སྐྱབས་སུ་སྟོང་བ་པོ་ཉམ་ཐག་པ་ལ་མ་བྱིན་ནམ་ཚོས་ཀྱི་བཞོ་བཤམ་མ་  
བྱས་ན་པམ་པར་འགྱུར་དོ། །ཞེས་ཡ་གྲུལ་རེ་རེ་ལ་པམ་པར་བཤད་ལ་དེའི་རིག་པ་  
གཞན་གསུམ་ལ་ཡང་འདྲ་བའི་བྱིར་དང་ཨ་རྒྱས་བརྒྱད་དུ་མཛད་ཅིང་མདོ་ཀྱན་ལས་  
བརྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་ཡང་པམ་པ་བརྒྱད་དུ་གསལ་པར་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བཤད་  
ཅེས་འབྱུང་བ་དང་། དཔལ་མར་མེ་མཛད་ནས་བརྒྱད་པའི་བཤེས་གཉིས་སྤྲ་མ་  
རྣམས་ཀྱང་བརྒྱད་དུ་བཞེད་པས་པམ་པ་བརྒྱད་དུ་བྱའོ། །

བསྐྱབ་བརྟུས་དང་སྟོམ་པ་ནི་ཤུ་པར་པམ་པ་གསུམ་པའི་སྐྱབས་སུ་གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱས་པ་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་འགྱུར་གྱི་བྱང་ཡིན་གྱི་དོན་ནི་གཉིས་སུ་བྱ་སྟེ་སྟོམ་པ་ནི་ཤུ་

པའི་འགྲེལ་བ་རྙིང་མར་བྱང་ས་ལྟར་བཤད་པ་དང་སྟོན་འདུག་གི་འགྲེལ་བ་ཤེར་  
འབྱུང་སྟོན་གྱིས་མཛད་པར་ཁྲིམས་ནས་སེམས་ཅན་བརྟེན་པ་དང་། བསྐྱེད་པ་ཏེ་  
དགའ་བར་བྱེད་པ་ན། །སེམས་ཅན་ལ་ནི་མི་བཟོད་དང་། ཞེས་བསྐྱེད་པ་ཏུས་རྩ་བ་  
བྱངས་པའི་འགྲུར་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡ་གྲུལ་རེ་རེ་ལ་པམ་པར་  
འདོད་ན། ཆོས་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད། ཅེས་དང་། ཁོར་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད།  
ཅེས་དང་། གཤེལ་ལ་ལན་དུ་གཤེལ་སོགས། ཞེས་དང་། པ་རོལ་ཤད་གྱིས་འཆགས་  
པ་སྟོང་། ཞེས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་བར་བྱེད། ཅེས་དང་། བརྩོན་མིན་ཕྱི་རོལ་  
བསྐྱེད་བཅོས་བརྩོན། །བརྩོན་པར་བྱས་ཀྱང་དེ་ལ་དགའ། ཞེས་དེ་རྣམས་ལ་ཉེས་བྱས་  
སུ་གསུངས་པ་དང་འགའ་ལོ་ཞེན་སྦྱོན་མེད་དེ། ཆོས་ནོར་མི་སྟར་བའི་པམ་པ་ལ་ནི་  
ཀུན་སྟོང་ལ་སེར་སྣ་དགོས་ཀྱི་ཉེས་བྱས་གཉིས་ལ་ནི་སེར་སྣའི་ཀུན་སྟོང་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །འགྲེལ་བ་གསར་མ་ལས་ཀྱང་ཆོས་མི་སྟར་བ་ལ་དེ་ལྟར་བཤད་ནས་གཞན་  
ལ་ཡང་ཀུན་སྟོང་མི་འདྲ་བས་དབྱེའོ་ཞེས་འཆད་དོ། །རྟེན་པ་ལ་སྤྱང་རྟེན་པ་ནི་བརྟེན་  
པའི་ལན་ཡིན་ལ་པམ་པའི་རྟེན་པ་ནི་ལན་ལ་མི་སྟོས་པའོ། །ཤད་སྤྱང་མི་ལེན་པ་ལ་  
ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ལ་ནི་ཁོན་འདྲིན་མེད་ལ་པམ་པ་ལ་ཡོད་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་  
སྟོང་བ་ལ་ཉེས་བྱས་དང་པམ་པར་གསུངས་པའི་བྱང་བར་ནི་ས་སུ་བྱས་བྱས་ཐེར་  
པའི་འགྲེལ་བ་ལས། འོ་ན་གོང་དུ་པམ་པའི་སྐབས་སུ་སྟེ་སྟོང་སྟོང་བ་དང་བྱེ་བྲག་ཅི་  
ཡོད་ཅེ་ན། གོང་མ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྟེ་སྟོང་ཀུན་ལ་བྱའི་འདི་ནི་མདོ་སྟེ་ལས་གང་  
ཟབ་པའི་ཕྱོགས་ཉི་ཆེ་ཙམ་ལ་མོས་པ་མ་ཆུད་པས་སྒྱར་བ་འདེབས་པ་ལ་བྱའོ། །ཞེས་  
འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་ཐབ་མོ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་མི་དགོས་ཏེ་གཞུང་ན་གསལ་  
ལོ། །ཕྱི་རོལ་པའི་གཞུང་ལ་བཅོལ་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པའི་དང་པོ་ནི།  
སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ལ་བཅོལ་བ་བྱར་ཡོད་བཞིན་དུ་བཅོལ་བར་མ་བྱས་པར་  
ཐུ་སྟེགས་གྱི་གཞུང་ལ་བཅོལ་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་  
རབ་ལ་ཉེས་འགྱུར་དུ་བཅོལ་བར་བྱེད་ཅིང་སློ་མི་འགྱུར་བའི་དབང་རྒྱུ་ལ་ཐུ་སྟེགས་  
གྱི་གཞུང་ལ་བཅོལ་བ་གནང་ཡང་དེ་ལ་དགའ་བཞིན་དུ་འཇུག་པ་མ་གནང་བས་  
དགའ་ཞིང་རངས་པར་བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པས། དམ་ཆོས་ལྟར་སྤང་སྟོན་  
བ་ལ་པམ་པར་གསུངས་པ་ནི་རང་དགའ་བ་ཅེས་མ་ཡིན་གྱི་རང་དགའ་བཞིན་དུ་  
བསྐྱབ་པར་བྱེད་ལ་གཞན་ཡང་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱ་མཚོ་  
སྤྲིན་གྱིས། དམ་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྟོན་པས་པམ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་དགའ་བ་  
ནི་བདག་ཉིད་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་གཞན་དག་ལ་འཆད་པས་ན་  
སྟོན་པའོ། །འཛོག་པ་ནི་སྐྱབ་པའི་སྟོན་པས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འོ་  
ན་བདག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྟོད་ཅིས་དེ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་  
ན། འདི་ནི་ཀུན་སྤོང་མི་འདྲ་སྟེ་འོག་ཏུ་སྟོན་ནོ། །འགལ་བ་སྤོང་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱའི་ངོ་ཆ་  
དང་ཁེལ་མེད་པ་སོགས་གྱིས་དབྱེ་བར་མི་བྱ་སྟེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་པམ་པར་མི་འགྱུར་ཡང་  
ཐག་པ་རྒྱུང་འབྲེང་གང་རུང་དུ་འགྱུར་དགོས་པས་མི་འཐད་དོ། །

གཞུང་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ནི། བསྐྱབ་བཏུས་ནས་འབྱུང་བའི་རྩ་ལྟར་ནམས་  
སོ། །འདི་ལ་སྟོབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོས་ནི་ནམ་མཁའའི་སྤྱིང་པའི་མདོ་ལས་རྩ་  
ལྟར་དུ་གསུངས་པ་ནམས་རྩ་ལྟར་མིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་

གཉིས་ཀྱིས་འཆད་དོ། །དེ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་ནི་དེ་རྣམས་སྟོམ་པ་ཐོབ་པའི་འཛིག་རྒྱ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ་མདོ་དེ་ཉིད་ལས། ཅུ་བའི་ལྷུང་བ་དེ་དང་ལྷན་ན་རྒྱལ་རིགས་སྤྱི་པ་  
 བས་དབང་བསྐྱར་བ་སྟོན་བསྐྱན་པའི་དགེ་བའི་ཅུ་བ་ཐམས་ཅད་འཛིག་པར་བྱེད་ཅིང་  
 ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་རྣམས་ལས་པམ་པར་འགྱུར་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །ཞེས་སྟོམ་པ་མ་གྲངས་པའི་སྤར་བསྐྱན་པའི་དགེ་ཅུ་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་སྤུན་སྤུམ་  
 ཆོག་པ་བ་གཅོད་པའི་རྒྱར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞོད་བྱེད་ནི་གཤམ་ཉེ་སྟོམ་པ་  
 གྲངས་པ་ལ་ཡང་ལྷུང་བ་འདི་རྣམས་སྟོམ་པ་འཛིག་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་པམ་པ་ཡིན་ན་  
 བྱི་དེའི་ཆེ་སྟོམ་ལྷན་གྱི་བྱང་སེམས་ལ་པམ་པའི་ལྷུང་བ་འདི་རྣམས་ལས་གང་རུང་  
 ལྷུང་བས་ཀྱང་སྟོམ་པ་གཏོང་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལྷ་ཅི་སྟོམ་ཞེས་རྒྱ་དང་བཅས་པར་  
 བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྡེ་སྟོད་ཀྱི་མ་སོ་བྱང་སར་གསུང་དགོས་ན་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
 དང་རྒྱལ་རིགས་ལ་ཅུ་ལྷུང་ལྷ་དང་ལས་དང་པོ་ལ་བརྒྱད་གསུངས་པ་ལྷར་རྒྱལ་  
 རིགས་ལ་སོགས་པའི་སྟོམ་པ་ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བས་དེ་དག་གི་ཅུ་ལྷུང་སོ་སོ་བ་ཡོད་  
 བ་དེ་རིགས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་ཞེས་འཆད་དེ། མདོ་དེ་སྤྱི་ཅི་བཞིན་བ་ཡིན་  
 བ་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ལས་དང་པོ་བ་ལ་ཅུ་ལྷུང་དུ་མི་འགྱུར་ལ་ལས་དང་པོ་པའི་  
 བརྒྱད། རྒྱལ་རིགས་ལ་ཅུ་ལྷུང་དུ་མི་འགྱུར་དགོས་པ་ལས་དེ་ནི་མི་འཐད་དེ་སྟོམ་པ་  
 སོ་སོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་དུ་བསམས་པའོ། །སྟོབ་དཔོན་ཨ་བླ་ནི་ནམ་མཁའི་  
 སྤྱང་པོའི་མདོ་དང་བྱང་སའི་ཅུ་ལྷུང་མི་འདྲ་བའི་འགལ་སྟོང་ལ་གང་ཟག་འབྲིང་དང་  
 ཅུང་དུ་དང་ཆེན་པོའི་བྱེ་བྲག་གིས་ལྷ་དང་བརྒྱད་དང་བཞིའོ་ཞེས་ལྷུང་བའི་རབ་ཏུ་

དབྱེ་བ་རྒྱས་པར་བསྟན་ལ། གང་ཟག་གཅིག་ལ་ཡང་གཞན་ལྟར་བ་དེ་ནམས་ཀྱང་ངོ་  
ཞེས་རྒྱལ་རིགས་ལ་ལྷ་གསུངས་པ་གང་ཟག་འབྲིང་དང་ལས་དང་པོ་པ་ལ་བརྒྱད་  
གསུངས་པ་གང་ཟག་རྒྱུད་དུ་དང་བྱང་སར་བཞི་གསུངས་པ་གང་ཟག་ཆེན་པོའི་  
དབང་དུ་བྱས་ལ་འོན་ཀྱང་གང་ཟག་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་ཡང་ལྟར་བ་བཞན་ནམས་ཀྱང་  
འཛོག་པར་བཞེད་དོ། །

དེ་ལྟར་ན་གང་ཟག་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ལྟར་བ་བཅུ་བདུན་བཅུ་བདུན་དུ་  
འབྱུང་ཉེ་བྱང་སའི་དང་པོ་ནམ་སྟིང་གི་མདོར་གསུངས་པས་དེ་དང་བཅས་པའི་བཅུ་  
བཞི་དང་། བྱང་སའི་ལྷག་མ་གསུམ་གྱི་བར་བ་གཉིས་དང་ཐ་མའི་དམ་ཆོས་ལྟར་སྒྲུང་  
སྟོན་པ་སྟེ་རྩ་ལྟར་བཅུ་བདུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས། བྱང་སར་གསུངས་པའི་བཞི་པོ་  
ཉིད་ཀྱིས་གཞན་ནམས་བསྐྱས་པས་བཞིར་མ་འདུས་པའི་རྩ་ལྟར་གཞན་ཡོད་པར་མི་  
འབྱུང་རོ། །བསྐྱས་ཚུལ་ལ་སྟུང་བྱེད་ནི་བདག་ལ་བསྟོད་པ་སོགས་བརྒྱད་དོ། །བསྐྱ་  
བྱའི་ཐེག་ཆེན་སྟོང་བ་དང་ཉིད་བཀྱར་གྱི་ཕྱིར་དུ་བདག་བསྟོད་ཅིང་གཞན་སྟོད་པ་  
སྟུང་བྱེད་ན་ཡོད་པས་དེ་དག་མ་གཏོགས་པའི་ནམ་སྟིང་གི་མདོ་ནས་འབྱུང་བ་དང་།  
ཐབས་ལ་མཁས་པ་ནས་གསུངས་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་འདོར་བ་སྟེ་རྩ་ལྟར་བཅུ་  
བཞི་པོ། །རི་ལྟར་བསྐྱས་པ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་སྟོང་བ་དང་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པས་འདོད་  
ཆགས་ལ་སོགས་པ་མི་སྟོང་བར་འཛིན་པ་དང་ཐབ་མའི་དོན་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་ཅེས་  
རྩུན་སྟེ་བ་གསུམ་ནི་བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་དུ་འདུ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་བྱང་སེམས་རང་  
གི་ཡིན་པས་དེ་ལ་བསྟོད་ཅིང་ཐེག་དམན་ལ་སྟུང་པ་དང་རྩུན་དུ་སྟེ་བས་ནི་གང་ཟག་  
རང་ལ་བསྟོད་ཅིང་གང་ཟག་གཞན་ལ་སྟུང་པས་སོ། །

དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་དགོར་དང་ཆོས་གོས་འཕྲོག་པ་དང་། དགེ་སྲོང་ཆད་  
པས་གཅོད་འཇུག་སོགས་གསུམ་དང་ཡང་དག་འཛོག་གི་འོངས་སྲོད་ཁ་ཉོན་པ་ལ་  
སྦྱོན་པ་རྣམས་ནི་སེར་སྒྲིམ་ལོར་མི་སྟེར་བར་འདུ་སྟེ། སེར་སྒྲིམ་བྲག་པོས་ཆགས་ནས་  
པ་རོལ་བོས་རྩས་དེ་འོངས་སྲོད་པ་མི་བཟོད་པས་ཚུར་ལ་འཕྲོག་པ་དང་སྟེར་དུ་  
འཇུག་པ་དང་སྟེར་བ་དང་ལེན་པ་དང་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་ལ་སེར་སྒྲིམ་འཇུར་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱེད་པ་དང་ཞི་གནས་འདོར་དུ་འཇུག་པ་ནི་སེར་སྒྲིམ་  
ཆོས་མི་སྟེར་བར་འདུ་སྟེ་ཆོས་ལ་ཆགས་པའི་སེར་སྒྲིམ་ཆོས་ཀྱི་འབྱོར་པ་མི་བཟོད་  
པས་འབྱེད་པ་དང་སེར་སྒྲིམ་བྲག་པོས་རང་ཡང་མི་སྟོན་ལ་གཞན་ཡང་སྟོན་དུ་མི་འཇུག་  
པས་སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་པ་སོགས་དང་མཆོམས་མེད་  
གཞན་བཞི་དང་གྲོད་ལ་སོགས་པ་འཛིག་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་པས་བསྐྱུས་  
སོ། །ཉན་རང་གི་ཆོས་སྲོང་བ་དང་ལྷོ་མ་སྤྱངས་པ་ལ་སྲོང་ཉིད་བརྟེན་པ་དང་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་སྲོང་བ་ནི་ཐེག་ཆེན་སྤང་བས་བསྐྱུས་པ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་ལས་ཉན་རང་གི་  
ཐེག་པ་ཡང་སྟོན་པས་དེ་སྤངས་པ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱང་སྲོང་བ་དང་ལྷོ་མ་སྤྱངས་པས་  
སྲོང་ཉིད་སྤངས་པའི་རྒྱ་རང་གིས་བྱས་པ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉིད་ཐེག་ཆེན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ལོག་ལྷ་བརྒྱུད་ནས་མི་དགེ་བ་བཅུ་ལ་རང་གཞན་འགོད་པ་དང་རྫོགས་  
བྱང་ལ་ཞུགས་པ་བརྫོག་ནས་ཐེག་དམན་ལ་སྤྱར་བ་ནི་དམ་ཆོས་ལྟར་སྤང་སྟོན་པར་  
འདུ་སྟེ་ཐེག་ཆེན་ལ་ལྟོས་ན་ཐེག་པ་གཞན་གཉིས་དམ་ཆོས་ལྟར་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རོ་ཞེས་འཆད་དོ། །ཁོད་ཁ་ཅིག་གཏུལ་བྱ་སོ་སོ་ལ་ལྟོས་པའི་མདོ་སོ་སའི་དགོངས་  
པ་ཡིན་པས་ཆོ་ག་ཐ་དད་ཀྱི་རྩིས་སུ་འབྲང་བར་བྱ་སྟེ། བསྐྱེད་བཅུས་དང་སྲོད་འཇུག་

ནས་གསུངས་པའི་ཚོ་གས་ལེན་ན་ནམ་སྟོང་གི་མདོ་ནས་བཤད་པ་རྣམས་ཙུ་ལྷུང་དུ་  
འགྱུར་ལ་བྱང་ས་ནས་གསུངས་པའི་ཚོ་གས་ལེན་ན་བྱང་སར་བཤད་པ་རྣམས་ཙུ་  
ལྷུང་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲ་ཞིང་། ཁ་ཅིག་ནི་དབུ་མ་དང་སེམས་ཙམ་གྱི་བྱུང་མཐའ་ཐ་དང་  
གྱིས་བྱས་པར་ཡང་འདོད་དོ། །དེ་ལ་འབྲེལ་བ་གསར་མའི་ལུགས་དེ་ནི་འཐད་པར་  
མི་མཐོང་སྟེ་མདོའི་དོན་འབྲེལ་བ་ལ་ཆད་མར་གྱུར་པའི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷའི་  
ལུགས་དང་འགལ་བར་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་དེས་རྒྱལ་རིགས་དང་ལས་དང་པོ་བ་དེ་དག་བྱང་  
སེམས་གྱི་སྒྲོམ་ལྡན་ཡིན་ནམ་མིན། ཡིན་ན་ནི་རྒྱལ་རིགས་ལ་ལྷ་དང་ལས་དང་པོ་བ་  
ལ་བརྒྱད་སོ་སོར་ངེས་པ་མི་འཐད་དོ། །སྒྲོམ་ལྡན་མིན་ན་ནི་དེ་དག་གི་ལྷུང་བ་འཆའ་  
བ་མི་རིགས་སོ་ཉེས་བ་དེ་དག་སྒྲོམ་ལྡན་གྱི་ཉེས་པར་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེན་ཞེས་  
བྱི་བ་བཀོད་པའི་ལན་དུ་གང་ལ་འབྱུང་ཉེ་བ་དེ་དག་ལ་དེའི་ལྷུང་བ་རང་མིང་ནས་སྟོས་  
ཉེ་བསྟན་པས་ཉེས་བ་དེ་ལ་འཛིགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷུང་  
བར་འགྱུར་བས་ཕན་ཚུན་དུ་སྤང་ཞེས་གསུངས་བ་དང་ངེ་ལྟར་མི་འགལ། རང་བཞིན་  
གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེ་བས་ན་སྒྲོམ་པ་མ་སྤངས་པ་རྣམས་གྱི་ཡང་སྒྲལ་བ་མེད་པ་དང་  
དགོ་ཙུ་ཆད་པར་འགྱུར་ན་སྒྲོམ་ལྡན་ལ་ནི་ཆེས་འགྱུར་ཉེ་ཞེས་གསུངས་པས་ན་སྒྲོམ་  
པ་མ་སྤངས་པའི་གོང་གི་དགོ་ཙུ་གཙོད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་མི་གཙོད་ཅེས་གསུངས་བ་དང་  
ཤིན་དུ་ཡང་འགལ་ལོ། །ཙུ་ལྷུང་དུ་འགྱུར་ན་བྱང་སར་གསུང་དགོས་པ་ཡང་མ་ངེས་  
ཉེ་ངེས་ན་རྒྱ་མཚན་ཅེ་ཡོད། གལ་ཏེ་མ་བཤད་ན་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོབ་པ་རྣམས་གྱིས་ཙུ་  
ལྷུང་བཞི་ཁོ་ནར་བཟུང་ནས་སྟོབ་པ་ན་ཙུ་ལྷུང་གཞན་རྣམས་གྱིས་སྒྲོམ་པ་བཙོམ་ཡང་



དེར་མི་ཤེས་པས་སྤང་མཆམས་མི་ཤེས་པའི་སྦྱོན་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། འོན་ནི་ཅ་ལྟར་མ་  
ཡིན་ན་ཡང་ཅ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱང་སར་དོགས་པ་བཅད་དགོས་ཏེ་ཅ་ལྟར་མ་  
ཡིན་པ་ལ་ཅ་ལྟར་དུ་གཞུང་ནས་སྒོམ་པ་མ་ཞིག་པ་ལ་ཡང་ཞིག་པར་འཛིན་པས་སྤང་  
མཆམས་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེས་ན་ནམ་སྟོང་གི་མདོ་ནས་གསུངས་པའི་བཅས་པ་རྣམས་བྱང་སར་མ་  
གསུངས་ལ་འདི་ནས་བཤད་པའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་བཅས་པ་བསྐབ་བརྟུས་སུ་མ་  
གསུངས་པས་དེ་དག་ཏུ་བསྐབ་པ་ཐམས་ཅད་འཆད་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པས་  
བྱང་ས་དང་བསྐབ་བརྟུས་གཉིས་ཀར་མདོ་སྡེ་ལྟ་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །ཨ་མྱ་ཀ་  
རས་བསྐབ་བརྟུས་ནས་གསུགས་པ་རྣམས་ཅ་ལྟར་དུ་བཞེད་པ་ལེགས་ཀྱང་བྱང་སར་  
བཤད་པའི་བཞི་པོས་བསྐྱས་པར་འདོད་པ་པལ་ཆེ་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་སྤང་  
སྟེ། འདི་འདྲ་བའི་བསྐྱས་ཚུལ་ལ་ནི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྲབ་པའི་སྦྱིས་མཆོན་གཞིའི་  
དབྱེ་བ་སྤྱད་པ་ཡིན་ན་དེ་གཏན་མི་རུང་པ་པལ་མོ་ཆེར་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །པོད་ཁ་  
ཅིག་གི་འདོད་པ་ནི་བསྐབ་བརྟུས་སུ་སྒོམ་ལྟན་ཡིན་ན་ལྟར་བ་སོ་སོར་ངེས་པ་མི་  
འཐད་པའི་བྱི་བའི་ལན་མཛད་པས་ལེགས་པར་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །མདོ་ཀུན་ལས་  
བརྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་རྒྱལ་པོའི་ལྟར་བ་ལྔ་ཅ་ལྟར་མིན་ཞིང་ལས་དང་པོའི་བརྒྱད་ཅ་  
ལྟར་མཆོན་ཉིད་པར་བཤད་པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་སྤྱ་སྤྱབ་དང་ཐོགས་མེད་ཀྱི་ལྷགས་  
མི་འདྲ་བར་བཤད་པ་རྣམས་ཀྱང་བསྐབ་བརྟུས་སུ་པན་ཚུན་ཀྱི་ལྟར་བ་རྣམས་བསྐྱས་  
ནས་བཤད་པ་དང་འགལ་བས་དོར་བར་བྱའོ། །དེས་ན་མདོ་ནས་ཀྱང་ཅ་ལྟར་དུ་  
གསུངས་ལ་སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྟས་དེའི་དོན་བཤད་པ་ན་ཡང་ཅ་ལྟར་དུ་བཀྲལ་ཞིང་

ཐུང་པར་དུ་ནམ་མཁའ་སྤྱིར་པོའི་མདོ་དང་བྱང་པའི་དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱུས་ནས་  
གསུངས་པ་འདི་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་འཐད་པས་ལུགས་གཉིས་ཆར་བསྐྱེ་བར་བྱ་སྟེ་བསྐྱེ་བ་  
བརྟུས་ལས། ཅ་བའི་ལྷང་བ་འདི་དག་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་སྐྱངས་ཤིང་བཟུང་བ་དང་གཅིག་གི་  
འདོད་པ་ལྟར་བསྐྱུས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་  
ཉིང་ལས་འབྱུང་ལ། འབྱུང་གསར་ལས་འགའ་ཞིག་གི་ལུགས་གནས་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་བསྐྱེ་བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱི་མ་ལྟར་  
ན་ལུགས་གཉིས་ཆར་གཅིག་ཏུ་སྐྱད་པར་གསལ་ལ་ཕྱི་མ་ལྟར་ན་ཡང་འགའ་ཞིག་ནི་  
འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དེ་དེའི་ལུགས་གནས་པ་སྟེ་བཞག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་  
པའི་དོན་ནོ། །སྟོན་འཇུག་གི་འགྲེལ་ཆེན་དུ་ཡང་ཅ་ལྷང་དུ་བཤད་ལ་དགེ་བ་ལྟའི་  
འགྲེལ་པར་ཡང་། ནམ་མཁའ་སྤྱིར་པོའི་མདོ་སྟེ་ནི། ཐོག་མ་ནིང་དུ་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ་ཅ་  
བའི་ལྷང་བ་བརྟག་པར་བྱའོ། །སྟོམ་པ་འཛིག་པར་བྱེད་པའི་ལྷང་བའི་སྟོག་པ་ལས་  
བྱུང་བ་ཅ་བའི་ལྷང་བ་དག་ནི་ནམ་མཁའ་སྤྱིར་པོའི་མདོ་སྟེ་ལས་པལ་ཆར་གསུངས་  
པ་ཡིན་ལ་དེ་དག་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དང་ནམ་གྲོལ་རྒྱ་བའི་འགྲེལ་  
པར་ཡང་། ཅ་བའི་ལྷང་བ་ནི་སྟོམ་པ་འཛིག་པར་བྱེད་པ་སྟེ་ནམ་མཁའ་སྤྱིར་པོའི་མདོ་  
སྟེ་ལས་པལ་བལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་ནམ་སྤྱང་འཆོ་ཡི་འགྲེལ་པ་ཡང་དེ་དང་  
མཐུན་པར་ཡོད་པས་ཅ་ལྷང་དུ་གདོན་མི་བ་བར་ཁས་སྐྱང་བར་བྱའོ། །

ཅ་བའི་ལྷང་བ་ནམས་བསྐྱུས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་  
གསུམ་གྱི་དཀོར་འཕྲོག་པ། པས་པམ་པ་ཡི་ལྷང་བར་འདོད། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོར་  
བྱེད་པ། གཉིས་པར་སྐབ་པས་གསུངས་པ་ཡིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་དགེ་སྟོང་

ལའང་། །རྩར་སྤྲིག་འཕྲོག་དང་རྟེན་པ་དང་། །བཙོན་རར་འཇུག་པར་བྱེད་པ་  
དང་། །རབ་ཏུ་བྱུང་ལས་འབེབས་པ་དང་། །མཆམས་མེད་ལྔ་པོ་བྱེད་པ་དང་། །ལོག་  
པར་ལྟ་བ་འཛིན་པ་དང་། །གྲོང་ལ་སོགས་པ་འཛིག་པ་ལ། །རྩ་བའི་ལྷུང་བར་རྒྱལ་  
བས་གསུངས། །སྒོ་སྤྱང་མ་བྱས་སེམས་ཅན་ལ། །སྤྱང་པ་ཉིད་ནི་བརྟོན་པ་  
དང་། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་དག་། །རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྲོག་པ་དང་། །སོ་  
སོར་ཐར་པ་ཡོངས་སྤངས་ཏེ། །ཐེག་པ་ཆེ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། །སྦྱོབ་པའི་ཐེག་པས་  
ཆགས་ལ་སོགས། །སྦྱོང་བར་འགྱུར་བ་མིན་ཞེས་འཛིན། །པ་རོལ་དག་ཀྱང་འཛིན་  
འཇུག་དང་། །རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྟོན་པ་དང་། །རྟོན་པ་དང་ནི་བཀྱར་སྟེ་དང་། །ཆོགས་  
བཅད་རྒྱ་ཡིས་གཞན་སྟོན་དང་། །བདག་ནི་ཐབ་མོ་བཟོད་པའོ་ཞེས། །ལོག་པ་ཉིད་ནི་  
སྤྲོ་བ་དང་། །དགེ་སྦྱོང་ཆད་པས་གཅོད་འཇུག་དང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྦྱིན་  
བྱེད་དང་། །སྦྱིན་པ་ལེན་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཞི་གནས་འདོར་བར་བྱེད་པ་དང་། །ཡང་  
དག་འཛིག་གི་ཡོངས་སྦྱོང་རྣམས། །ཁ་ཏོན་བྱེད་ལ་སྦྱིན་པ་རྣམས། །དེ་དག་རྩ་བའི་  
ལྷུང་བ་སྟེ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ། །མི་ལམ་འཕགས་པ་ནམ་སྟོང་  
པོའི། །མདུན་དུ་འདུག་སྟེ་བཤགས་པར་བྱ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ཡོངས་འདོར་  
དང་། །ཆགས་དང་སེར་སྒྲ་མི་བཟོད་པས། །སྦྱོང་ལ་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་དང་། །བསྐྱིམས་  
ཏེ་དགལ་བར་བྱེད་པ་ན། །སེམས་ཅན་ལ་ནི་མི་བཟོད་དང་། །ཁྲོས་པས་སེམས་ཅན་  
རྟེན་པ་དང་། །ཉོན་མོངས་པ་དང་གཞན་མཐུན་པས། །ཆོས་ལྟར་བཅོས་པ་བརྟོན་  
པའོ་ཞེས་བསྐྱབ་བརྟུས་ནས་གསུངས་པ་རྣམས་སོ། །

དེ་ལ་པམ་པ་དང་པོ་ནི། དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་པམ་

པའོ། །འདི་ལ་དྲུག་ལས་རྩ་བ་བདག་ནི། མདོ་ལས་མཆོད་རྟེན་དང་དགེ་འདུན་དང་  
ཕྱོགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་ཞེས་པ་ཅམ་ལས་མ་གསུངས་ཀྱང་མཆོད་རྟེན་གྱིས་སངས་  
རྒྱས་དང་ཆོས་གཉིས་བསྟན་པས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མོ། །འདིར་སངས་རྒྱས་ནི་  
རྒྱལ་བ་དངོས་དང་སྐྱ་གཟུགས་སོགས་གང་རུང་ངོ། །ཆོས་ཀྱང་ལུང་ངམ་རྟོགས་  
པའི་ཆོས་སོ། །དགེ་འདུན་ཞེས་པ་ནི་རིས་སྤུ་ཆད་པ་ཡིན་ལ་ཕྱོགས་བཞིའི་དགེ་  
འདུན་ནི་རིས་སྤུ་མ་ཆད་པའོ། །དེ་ཡང་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཡིན་ན་དགེ་སྦྱང་བཞི་ཡན་ཆད་  
ཡིན་ལ་འཕགས་པ་ཡིན་ན་གང་ཟག་རེ་རེ་ཡང་དགེ་འདུན་ནོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་གཞུང་གཞན་ནས་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་འགོག་ལམ་ཟག་མེད་  
དང་འཕགས་པ་སྒོ་བ་པ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་མི་གཟུང་སྟེ། མཆོད་རྟེན་དང་ཕྱོགས་བཞིའི་  
དགེ་འདུན་ཞེས་གསུངས་པས་སྤྲ་མ་ལྟར་གསལ་ལོ། །མཆོད་རྟེན་གྱི་རྩ་བ་འཕྲོག་  
གས་དགེ་འདུན་དང་ཕྱོགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་ལ་སྤུལ་བ་ཞེས་གསུངས་པས་རྩ་བ་  
བདག་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ག་མི་དགོས་ཀྱི་གང་རུང་གཅིག་གོ། །སྒྲང་བྱའི་རྩ་བ་  
ནི་གསལ་ཁ་མི་སྤྲང་བས་ཞིང་ཁང་སོགས་གནས་དང་བཟའ་བུར་དང་བཞོན་པ་ལ་  
སོགས་པ་གང་རུང་ཡིན་ལ། དངོས་པོའི་ཆེ་ཆུང་གི་ཆད་ལ་ཡང་གསལ་ཁ་མི་སྤྲང་  
ཞིང་དོན་ཐོབ་བྱས་པའི་ཆད་ཀྱང་དཀའ་བར་སྤྲང་བས་རི་ཅམ་སྤྲངས་བསམ་བྱིན་  
པར་ལེན་པའི་ལས་ལམ་དུ་འགྱུར་པའི་མ་མཐའ་ཡན་ཆད་དེ་ཡོ་བྱང་དུ་བགྱང་བ་ཅམ་  
མོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྤུལ་བ་ཞེས་གསུངས་པས་རྩ་བ་བདག་གིས་བདག་གིར་བྱས་པ་  
ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་འདྲའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གང་རུང་ལ་བསྐྱོས་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་  
དག་དབང་པའོ། །རྒྱ་བ་པོའི་རྟེན་ནི། དགེ་འདུན་ལ་རྒྱ་བའི་ཆེ་ན་རང་དེའི་གསེབ་ཏུ་

མི་གཏོགས་པའོ། །བསམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། འདུ་ཤེས་ནི། ཀུན་སྒྲོང་གྲེ་བྲག་པ་ལ་  
ཞུགས་པ་ནི་མ་འཁྲལ་བ་དང་སྤྱི་ལ་ཞུགས་པ་ནི་ཡིད་གཉིས་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྣམ་པ་མ་  
དོར་བ་དགོས་ཏེ་ནོར་ནས་བརྒྱས་པ་ལ་ལས་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་བར་མ་བྱིན་ལེན་གྱི་  
སྤྱི་གཞུང་ལས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། ཀུན་སྒྲོང་ནི། དཀོན་མཆོག་གི་ཡིན་ལ་རང་  
མི་དབང་ཡང་གཏན་དུ་འབྲལ་དགོས་སྟམ་པའོ། །སྤྱིར་བཏེ་བ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་  
པས་གཞན་དོན་དུ་འཕྲོག་པ་ལ་འོག་ནས་འཆད་པ་ལྟར་ལྟང་མེད་ཀྱི་སྐབས་སྲིད་པར་  
གསུངས་ལ། སྒོམ་པ་གཞན་གྱི་ཅ་ལྟང་སྒོམ་པ་གཞན་ལ་གནང་བ་སྲིད་ཀྱང་སྒོམ་པ་  
དེ་ཉིད་ཀྱི་ཅ་ལྟང་དེ་ལ་གནང་བ་མི་རིགས་པའི་བྱིར་རང་ཆེད་དུ་འཕྲོག་པའམ་ཡང་ན་  
ཀུན་སྒྲོང་ཉོན་མོངས་ཅན་དགོས་སོ། །ཁ་ཅིག །འདོད་ཆགས་དགོས་པར་འཆད་པ་  
ནི་མ་ངེས་སོ། །སྒྲོར་བ་ནི། འཕྲོག་གམ་འཕྲོག་ཏུ་འཇུག་པ་ཞེས་གསུངས་པས་རང་  
གི་བྱེད་པ་དང་གཞན་ལ་བཅོལ་བ་གཉིས་འདྲའོ། །དེ་ཡང་མ་ཆོར་བར་འཇུག་བྱས་ཀྱི་  
བ་དང་མཐུས་འཕྲོག་པ་གཉིས་གང་རུང་སྟེ་འགྱུར་རྟིང་ལས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
ཀྱི་འཕྲོག་ཀྱི་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མ་བྱིན་པར་སྒྲངས་པའི་ཆོད་ནི། ཐོབ་  
སྟོ་ལ་བྱའོ། །འདི་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དཀོར་འཕྲོག་པའི་ཕམ་པ་སོགས་གསུམ་སོ། །

ཕམ་པ་གཉིས་པ་ནི། དམ་པའི་ཆོས་སྒྲོང་བའི་ཕམ་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་  
སྤང་བྱའི་དམ་ཆོས་ནི། མདོ་ལས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་བཤད་པའམ་རང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་བཤད་པའམ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ངེས་པར་འབྱུང་  
བ་བཤད་པ་སྒྲོང་ཞིང་འགོག་ཏུ་འཇུག་པ་འདི་ནི་ཅ་བའི་ལྟང་བ་གཉིས་པའོ། །ཞེས་  
འམ་གྱི་སྤྱས་གདམ་ང་ཅན་དུ་གསུངས་པས་ཐེག་པ་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་མདོ་སྟེ་གང་

རུང་ངོ་། །དེ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་བར་བྱེད། ཅེས་པའི་སྐབས་སུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཟབ་མོའི་དོན་ནམ་མཐུའི་དོན་གྱི་སྤྱོད་པ་དེ་སྤངས་པ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་འཆད་པར་  
 འགྱུར་བའི་བྱིར་དང་བྱང་ས་དང་སྐབས་འདིའི་ཐེག་ཆེན་སྤྱོད་བའི་པམ་པ་འབྲ་བར་  
 བཞེད་པས་ན། ཐེག་ཆེན་ནི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་ཆར་སྟོན་པའི་མདོ་སྟོན། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས་གྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་བདེན་བཞི་བཤད་པ་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
 གྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཉན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་བཤད་པ་ལྟ་བུའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྟེ་སྟོང་  
 ཏོ། །འདི་ལ་ཡང་དེ་དག་གི་དོན་གྱི་ཆ་རེ་རེ་“ཅམ”་སྤངས་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་  
 ཐེག་ཆེན་དང་འབྲ་ལས་སྐྱམ་མོ། །གལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྟོན་དོན་གྱི་ཆ་རེ་རེ་  
 སྤངས་པ་ལ་ཉེས་བྱས་དང་ཉན་རང་གི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་བཤད་པ་སྤངས་པ་ལ་པམ་  
 པར་མི་རིགས་ཏེ་སྤྲ་མ་སྤངས་པ་བྱི་མ་སྤངས་པ་ལས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེ་བའི་བྱིར་རོ་  
 ཞེན་སྟོན་མེད་དེ་སྟོམ་པ་གོང་ལོག་གང་ལའང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེན་ལྷུང་བའི་བཅས་པ་  
 ཆེ་བ་དང་ཆུང་ན་བཅས་པ་ཆུང་བ་ངེས་པ་མི་སྤྱང་བའི་བྱིར་ཏེ་དཔེར་ན་སོ་ཐར་གྱི་  
 སྐབས་སུ་མི་ཐ་མལ་བ་བསད་ན་པམ་པ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཤོངས་པའི་  
 སེམས་ཀྱི་སྐྱེ་འཆའ་སྤྱད་ན་སྟོམ་པོར་གསུངས་ཤིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཡང་བྱིས་པ་  
 ཐ་མལ་པའི་ཞོར་མ་བྱིན་པར་སྤངས་པ་ལ་པམ་པ་མ་བཅས་ཤིང་སྤྱོད་བའི་ཉམ་ཐག་  
 པ་ལ་རང་གི་ཞོར་སེར་སྐྱས་མི་སྟེར་བ་ལ་པམ་པར་བཅས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱོད་བའི་ཚུལ་  
 ནི་བསྐྱབ་བརྟུས་དང་མདོ་བརྟུས་སུ་སྤྱོད་ཞིང་འགོག་ཏུ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱངས་པ་ནི་  
 མདོ་ལས་སྤྱོད་བར་བྱེད་འགོག་པར་བྱེད་ཅེས་འབྱུང་ཞིང་བྱང་སར་ཐེག་ཆེན་རང་

གིས་སྤོང་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་སྤོང་དུ་འཇུག་པ་མེད་ལ་འདི་གཉིས་འབྲ་བར་  
ཡང་བཞེད་པས་སྤོང་དུ་འཇུག་པ་ཡན་ལག་ཏུ་མི་དགོས་ལ། རང་གིས་སྤོང་ཚུལ་ནི་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུར་བ་འདེབས་པའོ། །འོན་ཏེ་  
ཐོས་ཐེག་པ་སྤོང་བར་བྱེད། ཅེས་དེ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་བཤད་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན། དེ་ནི་  
ཁྱད་དུ་གསོད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་འདི་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་སྤངས་པ་མིན་ནོ། །ཞེས་འཆད་  
པར་འགྲུར་རོ། །འདི་ལ་ཐེག་ཆེན་སྤོང་བ་སོགས་གསུམ་སོ། །པམ་པ་གསུམ་པ་ནི།  
རབ་བྱུང་ལ་འཆེ་བའི་“པམ”པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་འཆེ་བའི་ཡུལ་ནི། མདོ་ལས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་བྱས་པ་བསྐབ་པའི་གཞི་བབྱང་མ་བབྱང་དང་  
ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་དང་ཚུལ་ལྡན་གང་རུང་ལ་གསུངས་ཤིང་ཆོགས་བཅད་དེ་  
ལའང་འང་གི་སྒྲ་ཡོད་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་དགེ་སྤོང་ཞེས་པ་མཆོན་པ་ཅམ་  
སོ། །འཆེ་བ་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་ལ་ཀུན་སྤོང་ནི། ཡུལ་དེ་ལ་གཞོད་ཅིང་འཆེ་བའི་བསམ་  
པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །སྤྱོད་བ་ནི། གོས་དུར་སྤྲིག་འཕྲོག་པ་དང་རབ་བྱུང་ལས་  
པམ་སྟེ་བྱིས་ན་གནས་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་གང་རུང་བྱས་པའོ། །ལག་ཆས་བསྐྱུན་པ་  
དང་བཅོན་རར་འཇུག་པ་དང་སློག་དང་སྤལ་བ་ལ་ཅ་ལྟར་དུ་གསུངས་པ་ནི། བདེག་  
པ་དང་རྣམ་པར་འཆེ་བ་དང་། མཐོ་འཆོམ་པའི་པམ་པས་བསྐྱས་སོ། །རབ་བྱུང་སྟོན་  
ལྡན་གྱི་དུར་སྤྲིག་འཕྲོག་པའི་བདག་པོ་ལ་དགེ་སྤོང་བཞིར་མ་ཆང་བ་དགོས་ཏེ་  
བཞིར་ཆང་ན་ཅ་ལྟར་དང་པོར་འགྲུར་བས་སོ། །འདི་ལ་དུར་སྤྲིག་འཕྲོག་པ་དང་རབ་  
བྱུང་ལས་པམ་པའི་པམ་པ་གཉིས་སོ། །

པམ་པ་བཞི་པ་ནི། མཚམས་མེད་བྱེད་པའི་པམ་པ་ལོ། །དེ་ཡང་པ་དང་མ་དང་  
དག་བཅོམ་པ་བསད་པ་དང་དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ལ་ངན་སེམས་གྱི་ཁྲག་འབྱེན་པའི་མཚམས་མེད་གྱི་ཅ་ལྟ་ལྟོ། །འདི་ཡི་ཡང་དབྱེན་  
མ་གཏོགས་པ་བཞི་ནི་བྱང་པའི་པམ་པ་ལྔ་པས་བསྟུས་སོ། །པམ་པ་ལྔ་པ་ནི། ལོག་  
ལྟ་འཛིན་པའི་པམ་པ་ལོ། །དེ་ཡང་དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་དང་སྐྱེ་བ་སྐྱ་བྱི་མེད་དོ་  
ཞེས་སྒྲུར་པ་འདེབས་པ་ལོ། །འདི་སྐྱེས་པ་ཅམ་ནས་དག་ཅ་གཅོད་པས་མི་དག་བ་  
བཅུ་ལྔ་པ་དང་གཞན་ལེན་དུ་འཇུག་པ་ཡན་ལག་ཏུ་མི་དགོས་སོ། །པམ་པ་དྲུག་  
པ་ནི། གནས་འཛིག་པའི་པམ་པ་ལོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས། གཞིག་པར་བྱ་བའི་གནས་  
ནི་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཁྱེད་དང་ལྟོངས་དང་ཡུལ་འཁོར་གང་རུང་དོ། །འཛིག་པར་བྱེད་པ་  
ལ་ཀུན་སྒྲོང་ནི། དེ་དག་གཞིག་པའི་བསམ་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །སྒྲོར་བ་ནི། འཛིག་  
པའི་ཐབས་གང་ཡང་རུང་བས་བཞིག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལྔ་ཀྱུལ་པའི་ལྟངས་དང་དྲུག་པ་  
གཉིས་པར་བྱས་ནས་མཚམས་མེད་ཡན་ཆད་ལྔ་པོ་སྒྲོན་པའི་ལྟངས་བ་མདོ་བཏུས་སུ་  
བྲངས་པ་ལྟར་མདོ་ན་ཡང་ཡོད་དོ། །འདི་ལ་ཁྱོད་ལ་སོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་སེམས་  
ཅན་བཅོམ་པའི་ཅ་ལྟ་ཡིན་ན་ནི་བདེག་པ་སོགས་གྱི་པམ་པས་བསྟུས་ལ་དེ་དག་ན་  
ཡོད་པའི་ལོངས་སྒྱུད་བཅོམ་པའི་ཅ་ལྟ་ཡིན་ན་པམ་པ་དང་པོ་འམ་བཅུ་གསུམ་པར་  
འདུ་བས་འདི་ནི་གནས་འཛིག་པ་ལོ། །དེ་ལ་ནི་ཁྱོད་འཛོམས་པ་སོགས་གྱི་ཅ་ལྟ་  
བཞི་ལོ། །པམ་པ་བདུན་པ་ནི། ལྟོད་མིན་ལ་ཐབ་མོ་བཞད་པའི་པམ་པ་ལོ། །འདི་ལ་  
གསུམ་ལས་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི། བན་ཏན་གྱིས་སྒྲོམ་སྒྲུངས་པའི་སེམས་ཅན་  
ཏེ་སྟོང་ཉིད་བསྟན་ན་སྒྲག་པར་འགྱུར་བ་དང་རྫོགས་བྱང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་



ལྷན་པའོ། །གང་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི། སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་སྤྱོད་ཉིད་  
དོ། །བསྟན་པས་རི་ལྟར་གྱུར་བ་ནི། དེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་ཉིད་བསྟན་པས་སྒྲག་ནས་རྫོགས་  
བྱང་གི་སེམས་ལས་ཕྱིར་ལོག་སྟེ་ཐེག་དམན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
པའོ། །འདི་ནི་སྤྱོད་མ་བཟགས་པ་ལ་ཡིན་གྱི་སྤྱོད་བཟགས་པ་ན་རང་གིས་སྤྱོད་དུ་བྱང་  
བར་ཤེས་ན་དངོས་པོ་ལ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་གྱུར་པམ་བ་མི་སྐྱེད་དམ་སྟེ་མོ། །པམ་པ་  
བརྒྱད་པ་ནི། ཐེག་ཆེན་ལས་བརྒྲོག་པའི་པམ་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་བརྒྲོག་པར་  
བྱ་བ་ནི། སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་སྟེ་རྫོགས་བྱང་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཐེག་  
ཆེན་ལ་ཞུགས་པའོ། །བརྒྲོག་པའི་ཚུལ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཕྱིན་བྱུག་ལ་སྤྱད་པར་མི་རུས་  
"འཆང་" རྒྱ་བར་མི་རུས་ཀྱིས་ཉན་རང་གི་ཐེག་པར་སེམས་བསྐྱེད་དང་འཁོར་བ་  
ལས་ཐར་བར་འབྱུང་རོ་ཞེས་རྒྲོག་པའོ། །འདི་ལ་རྒྲོག་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་གམ་ལོག་  
པ་དགོས་ཤིང་། སྤྱོད་འཇུག་གི་འགྲེལ་ཆེན་དུ། ཐབས་དང་བཅས་བའི་སྒྲ་ན་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་བརྒྲོག་སྟེ་ཐེག་པ་དམན་པ་ལ་གཞན་གྱི་  
སེམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་གཉིས་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན་ལོག་པ་དགོས་  
པ་འདྲའོ། །

པམ་པ་དགུ་པ་ནི། སོ་ཐར་སྤྱོད་པའི་པམ་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་གོ་བར་  
བྱ་བའི་ཡུལ་ནི། སོ་སོར་ཐར་པ་དང་འདུལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སློབ་  
པའོ། །གོ་བར་བྱེད་ཚུལ་ནི་འདུལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་རྫོགས་བྱང་  
ཏུ་སེམས་སྐྱེད་ལ་ཐེག་ཆེན་སྟོགས་ཤིག་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱང་བའི་སྟོ་

གསུམ་གྱི་ཉེས་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་དག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་དང་ཐེག་  
ཆེན་བསྒྲགས་པ་ཙམ་གྱིས་འདག་པར་སྦྱ་བའོ། །འདི་ལ་འགྱུར་རྙིང་ལས་སོ་ཐར་དང་  
སེམས་བསྐྱེད་ལས་བསྒྲོག་ནས་ཐེག་ཆེན་སྒྲོག་པ་ལ་སྦྱར་བ་ཡོད་ཀྱང་འགྱུར་གསར་  
དང་ནམ་སྙིང་གི་མདོ་ལྟར་འབྱུང་བ་དག་སྟེ་སྦྱོང་འཇུག་གི་འབྲེལ་ཆེན་དུ། སོ་སོར་  
ཐར་བའི་བསྐྱབ་བའི་སྒྲོམ་པ་སྤངས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་དང་  
དེ་སྒྲོག་པས་བ་རོལ་དག་པར་བསྟན་པ་ལས་ནི་གསུམ་པའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །འོན་ཀྱང་སེམས་གྱིས་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་མི་བྱ་ཞེས་བསྒྲོག་པ་  
ལ་ཉེས་བྱས་སུ་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། ཉེས་བྱས་ནི་གོ་བར་བྱས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ་པམ་བ་  
ལ་ནི་བསྒྲོག་པ་བཞིན་དུ་ལོག་པ་དགོས་པར་མངོན་ནོ། །པམ་བ་བཅུ་བ་ནི། ཉན་ཐོས་  
གྱི་ཐེག་པ་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་པའི་པམ་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་སྦྱར་བ་གདབ་བྱའི་  
ཡུལ་ནི། སྒྲོབ་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་ནི་སྒྲོབ་པའི་ཐེག་པ་སྟེ་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་ལ་བཤད་  
ཀྱང་རང་རྒྱལ་དང་འབྲ་བས་དེ་གཉིས་གང་རུང་ངམ་སྦྱི་ལའོ། །སྦྱར་བ་འདེབས་པའི་  
ཚུལ་ནི། ཐེག་པ་དེ་དག་ལ་ངེ་ཙམ་བསྐྱབས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་མཐར་འབྲིན་པའམ་  
མ་ལུས་པར་སྒྲོང་མི་རྒྱས་ཞེས་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྦྱར་བ་འདེབས་པའོ། །འདིར་  
མདོ་ལས་ཁྱོད་གྱིས་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པའི་གཏམ་མ་ཉན་ཅིག་གཞན་དག་ལ་ལྟངས་  
འབོགས་ཤིག་གཏམ་དེ་ཆོམས་ཤིག་ཅེས་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་གཏམ་ཉིད་ལ་དད་པར་  
གྱིས་ཤིག་ཅེས་སོགས་འབྱུང་ཡང་ཡན་ལག་དུ་མི་དགོས་ཏེ་མདོ་ལས། དེ་ལྟར་སྦྱས་  
པའི་ཆེ་ཡུལ་དེས་དེ་ལ་མཉན་ཏེ་དེ་འབྲ་བའི་ལྟ་བ་བྲངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡུལ་ལ་ཡང་  
ཅ་ལྟར་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བ་རོལ་དག་ཀྱང་འཛིན་འཇུག་དང་།

ཞེས་པ་ཡན་ལག་ཏུ་མི་གཟུང་ངོ་། །འདིར་ཡུལ་ལ་ཅ་ཆུང་བཤད་པ་ཉར་ཅ་ཆུང་  
བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་ཡུལ་དེ་སྒྲིམ་ཐུན་ཡིན་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
འདོར་གྱི་ཅ་ཆུང་འབྱུང་མོད་ཀྱང་དེ་ནི་འོག་ཏུ་སྟོན་པས་དེ་དག་གི་ཅ་ཆུང་ལ་མི་  
བཟང་ངོ་། །པམ་པ་འདི་དང་པམ་པ་གཉིས་པའི་ཉན་རང་གི་ཆོས་སྤངས་པ་གཉིས་ནི་  
མི་འདྲ་སྟེ་སྤྲ་མ་ལུང་ཡིན་ལ་འདི་རྟོགས་པ་ཡིན་པ་དང་སྤྲ་མ་ནི་རྒྱལ་བས་མ་  
གསུངས་ཞེས་སྟོང་ལ་འདི་ནི་སྤིད་པའི་ཅ་བ་གཅོད་མི་རུས་པས་འཁོར་བ་ལས་  
འབྱུང་བར་མི་རུས་ཞེས་སྟོང་བའི་ཕྱིར་ངོ་། །

པམ་པ་བརྒྱ་གཅིག་པ་ནི། བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ཀྱི་པམ་པ་འོ། །འདི་ལ་  
བཞི་ལས་སྤྲས་སའི་ཡུལ་ནི། དེ་དག་ལ་འདུད་པ་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་ཐག་དོག་གི་རྒྱས་  
བདག་བསྟོད་ཅིང་ཞེས་བསྐབ་བདུས་སུ་བྲངས་པས་སྤྲད་ས་ལ་འདུན་པའི་གང་ཐག་  
དང་། ཡང་ཞེས་པ་གཞན་སྟོད་བྲས་ཡུལ་དུ་བྲས་པ་ལ་བསྟོད་སྤྲད་བྲས་པར་མ་ཟད་  
ཅེས་པའི་དོན་དུ་སྤང་པས་སྤྲད་བའི་གང་ཐག་གང་རུང་ངོ་། །མདོ་ཟུར་དུ་བསྐྱར་བ་  
ལས་དེ་དག་ལ་འདུད་པ་ཞེས་པ་མ་རྒྱང་ཡང་ཡོད་པར་གསལ་འོ། །ཅི་ཞིག་སྤྲས་པ་  
ཡིན་ཞེ་ན། རང་གི་ཡོན་ཏན་དང་གཞན་གྱི་མི་བསྐྱགས་པ་བརྟེན་པའོ། །བརྟེན་ཚུལ་  
ནི། རྟེན་བཀྱར་དང་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་ཐེག་ཆེན་འདོན་པ་དང་སྟོག་པ་དང་སྟོན་  
པ་སོགས་ཕྱེད་བཞེན་དུ་བདག་ནི་རྟེན་བཀྱར་སོགས་ལ་མི་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་  
ཀྱི་གཞན་ནི་མིན་ནོ་ཞེས་ལྟེ་གཉིས་ཕྱེད་པའོ། །མདོར་མི་ཆོས་སྤྲ་མ་སྤྲོགས་པའི་  
བདག་བསྟོད་གསུངས་པ་འོག་མའི་སྐབས་ཀྱི་མི་ཆོས་སྤྲ་མ་མ་གཏོགས་པ་སྟེ་འདི་  
དང་གོང་མ་གཉིས་བདག་བསྟོད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཅམ་མཆོན་ཕྱེད་དོ། །ཀུན་སྟོང་ནི་རྟེན་

བཀྱར་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་གཞན་གྱི་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཐག་དོག་པའོ། །མདོ་ལས་  
ཐག་དོག་གི་དབང་གིས་སྤྲུལ་བར་སྐབས་བཞིར་གསུངས་སོ། །སྤོབ་དཔོན་ཞི་བ་  
ལྷས་བྱང་སར་བཤད་པའི་པམ་བ་རྣམས་བྱངས་པའི་སྐབས་སུ་པམ་བ་དང་པོ་མ་  
བྱངས་པ་ནི་འདིར་བསྟན་པའི་པམ་བ་དང་དོན་གཅིག་པར་བཞེད་པས་ན་བྱང་སར་  
གསུངས་པའི་དོན་འདིར་བཤད་པ་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ། བྱང་སའི་སྤྱི་ཟེན་ལྟར་  
བྱེད་ན་འདིར་དེ་མ་འདུས་པས་བྱང་སའི་བྱང་དགོས་སམ་སྤྲུལ་སོ། །འོན་ཀྱང་བསྟོད་  
སྟོད་སོ་སོར་འཕྲལ་བ་དང་རྟེན་བཀྱར་གང་རུང་ལ་ཆགས་པས་ཆོག་པ་སྤར་བཤད་  
པ་ལྟར་རོ། །བསྟོད་སྟོད་ལ་བདེན་རྒྱུ་གང་ཡིན་པ་ནི། མདོ་ལས་ནི་མདོར་བསྟན་དུ་  
སྟེ་གཉིས་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་པ་དང་། དོན་བསྟར་རྒྱུ་གྱི་རྟེན་གྱིས་སྟེ་བ་ཆེན་པོའི་  
ལྟར་བ་འབྱུང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་ས་སུ་བྱས་བྱས་ཟེར་བ་ལས་ཀྱང་མེད་བཞིན་  
དུ་ཡོན་ཏན་དང་སྟོན་བརྗོད་པ་ལ་བཤད་པ་དང་འབྲེལ་བ་གསུང་མ་ལས་ཀྱང་།  
བསྟོད་པ་ནི་ཡང་དག་པ་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་བསྟོད་པ་བྱེད་པ་  
སྟེ་ལོག་པར་བསྟོད་ཅིང་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཆོག་སྤར་པས་བདེན་རྒྱུ་འདྲ་བར་བསྟན་པ་  
ལྟར་སྤར་ན་ཡང་ཆོག་ཕྱི་མ་ལྟར་ན་སྤར་མའི་དོན་ཡོན་ཏན་མཆོག་དམན་ལ་བྱས་ནས་  
ཕྱི་མའི་དོན་བརྒྱུ་གྱིས་སྤྲུལ་བ་ལ་བྱ་དགོས་པ་འདྲ་འོ། །པམ་བ་བཅུ་གཉིས་པ་ནི། མི་  
ཆོས་ལྷ་མ་བརྒྱུན་སྤྱི་པམ་པའོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་སྤྱི་བའི་ཡུལ་ནི། དོན་གོ་བའི་  
གང་ཟག་གོ། །སྤྱི་ཚུལ་ནི། རྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་བསྟན་ནས་འདི་ནི་ཁོ་བོས་མངོན་སུམ་  
དུ་བྱས་ནས་ཁྱོད་ལ་སྟོང་བཅེ་བས་བསྟན་གྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་མངོན་སུམ་དུ་  
འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སྟོམས་ཤིག་དང་ཁོ་བོ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྤྱི་བའོ། །

དེ་ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་རྟོགས་པ་མེད་བཞིན་དུ་ཐག་དྲིག་མ་གཏོགས་པའི་ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་གྱི་བསམ་བས་རྒྱན་དུ་སྦྲ་བ་སྟེ་པ་རོལ་པོས་དོན་གོ་བ་ན་འོ། །འདི་ལ་  
ནི་རྟོན་དེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་ལྷན་དགེ་སྦྱོང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་པམ་པ་གཉིས་ཀ་འབྱུང་  
བའི་གོ་སྐབས་ཡོད་དོ། །སྦྱོང་འབྱུག་གི་འབྲེལ་ཆེན་དུ། བསྐྱགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཟབ་  
མིའི་ཆོས་རྟོགས་པར་སྟོན་པ་དང་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པར་ལེན་དུ་  
འབྱུག་པ་ལས་ཅ་ལྟར་དུ་འཆད་པ་ནི་མདོ་དང་འགལ་བར་སྤང་ངོ། །པམ་པ་བརྩ་  
གསུམ་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་ལེན་པའི་པམ་པ་འོ། །འདི་ནི་མདུན་ན་འདོན་  
དང་སྒོན་པོ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་སྦྱོང་ལ་ཁོར་གྱི་ཆད་  
པས་གཅོད་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་པ་ན་དེ་དག་གིས་གང་ཟག་གི་འཕ་དགེ་འདུན་གྱི་འཕ་  
སྒྲོགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་གྱི་འཕ་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཡོ་བྱད་དག་རྒྱར་བརྩལ་ནས་དེ་དག་  
ལ་གསུག་དུ་འབྱུང་འོ། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་རྒྱལ་རིགས་ལ་འབྱུང་ཉེ་རྒྱལ་པོ་དང་སྒོན་  
པོ་སོགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཅ་ལྟར་ངོ། །དེ་ལ་དགེ་སྦྱོང་ཆད་བས་བཅད་པའི་ཅ་ལྟར་ནི་  
ལྟར་གསུམ་པར་འདུ་ཞིང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཁོར་ལེན་པའི་ཅ་ལྟར་ནི་ཅ་ལྟར་  
དང་པོར་འདུ་བས་འདི་ནི་བྱིན་པ་ལེན་པའི་ཅ་ལྟར་ངོ། །འོན་ཀྱང་ཅ་ལྟར་དང་པོ་ནི་  
རང་གིས་བརྒྱས་པའཕམ་རྒྱར་བརྩལ་པ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་གཞན་ལ་ཁོར་གྱི་ཆད་པས་  
བཅད་པ་ན་དེས་བརྒྱས་པའཕམ་རྒྱར་བརྩལ་པའི་དཀོར་སྤངས་པའི་ལྟར་བའོ། །འདིར་  
དགེ་སྦྱོང་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་གསུམ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་གི་དཀོར་བཤད་པ་ནི་  
བྱད་པར་ངོ། །ལྷག་མ་ནི་སྤར་བསྟན་པ་བཞིན་ཅི་རིགས་སུ་སྦྱར་རོ། །པམ་པ་བརྩ་  
བཞི་པ་ནི། ཁྲིམས་ངན་འཆའ་བ་སོགས་ཀྱི་པམ་པ་འོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཁྲིམས་

དེ་ལྟར་འཆང་བ་ལ་གྲིམས་འཆང་བའི་ཡུལ་ནི། ཚེས་སྟོན་པའི་དགེ་སློང་རྣམས་  
སོ། །གྲིམས་རིམ་རྒྱུ་བཅས་པ་ནི། དེ་དག་རྣམས་ལ་བཅེ་བའི་བསམ་བསམ་ཞི་གནས་  
དང་ལྷག་མཐོང་དང་མཐུན་པའི་ཡིད་བྱེད་འདོར་བ་དང་ཉོན་མོངས་པ་མང་དུ་འགྱུར་  
བའི་གྲིམས་བཅས་པའོ། །ཡང་དག་འདྲིལ་གི་མོངས་སྟོན་མ་བྱིན་པར་གྲངས་པ་ལ་  
བཞི་ལས་རྩུ་བཅས་པ་དག་ནི། སློང་བ་ལ་བཅོན་པའི་དགེ་སློང་ངོ་། །འདིའི་རྩུ་བཅས་པ་དག་  
འཕགས་པ་དང་དགེ་འདུན་དུ་མོངས་པ་ཡིན་ན་པམ་པ་དེ་ཙམ་ལྟར་དང་པོར་འགྱུར་  
བས་འཕགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་བཞིར་མ་མོངས་པའོ། །རྩུ་བའི་དེ་དག་གི་མོངས་སྟོན་  
གང་ཡང་རུང་བའོ། །བསམ་པ་ནི་དེ་དག་ལ་ལྡང་བའི་བསམ་པའོ། །སྟོར་བའི་དེ་  
དག་གི་རྩུ་མ་བྱིན་པར་གྲངས་ནས་ཁ་ཉོན་པ་ལ་སྦྱིན་པའོ། །མདོ་ལས་དེ་གཉིས་ཀ་  
ལ་ཙམ་ལྟར་དུ་གསུངས་པའི་གཉིས་ནི་རྒྱལ་རིགས་དང་དེ་ལ་སློང་བ་བའི་མི་སྣ་བ་  
བརྗོད་པའི་དགེ་སློང་ངོ་། །འདི་ཁ་ཉོན་པ་ལ་ཙམ་ལྟར་དུ་སྦྱ་བའི་མདོ་དང་འགལ་  
ལོ། །དེ་དག་ཅེས་པ་ནི་ཙམ་ལྟར་ཚན་པ་བྱི་མ་བརྒྱད་ཀྱི་མཐར་སྦྱར་ཏེ་བརྒྱད་པོ་དེ་ལ་  
མདོ་ལས་ལས་དང་པོ་བའི་ལྟངས་བཞེས་གསུངས་སོ། །སེམས་ཅན་ཞེས་པ་ནི་དེ་དག་  
གི་ཉེས་དམིགས་སོ། །མི་ལས་ཞེས་པ་ནི་ལྟངས་བཞེས་ལས་ལྟངས་བའི་ཐབས་ཏེ་བསྐྱབ་  
བུས་སུ་བཏུང་། །གལ་ཏེ་ཙམ་ལྟར་བྱུང་ན་སྟོམ་པ་སྦྱར་ཡང་གྲངས་བར་བྱ་ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནམ་བཞགས་པ་འདིས་རིམ་རྒྱུ་ལྡང་བར་རུས་ཤིང་།  
བཞགས་པ་དེས་མདོ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ངན་སོང་དུ་འགོ་བ་བརྗོད་གུས་ཀྱང་སོར་  
ཅུད་པ་ལ་ནི་སྟོམ་པ་བཟུང་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་བསྐྱབ་བུས་སུ་ཐབས་ལ་མཁས་  
པའི་མདོ་བྱངས་པའི་སྐབས་སུ་ཙམ་ལྟར་བྱུང་ཡང་སྦྱར་གསོར་རུང་བ་བཞགས་པའི་

སྐབས་ལས་ཤེས་བས་སྐབས་འདིར་མ་སྒྲོམ་སོ། །རྣམ་བྱངས་གཞན་ཡང་ལྷུང་བ་འདི་  
དག་གི་སྤྱན་མོང་གི་ཡན་ལག་ཀྱན་དགེས་ཆེན་པོའི་ཆོས་རྣམས་མ་ཆང་ན་པམ་པའི་  
སྤེ་ཆེན་དུ་གཏོགས་པའི་ཟག་པ་ཆུང་འབྲིང་གི་ལྷུང་བ་བཤགས་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཡང་  
བཤགས་པས་དེ་ལས་ལྷུང་བར་བསྟན་ཏེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདོར་བ་ནི། སྒྲོན་སེམས་དོར་བའོ། །དེ་ལ་ཙ་ལྷུང་དུ་  
ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ནས་གསུངས་ལ་ཙ་ལྷུང་འདི་སྐྱེད་པའི་རྟེན་ལ་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་སྒྲོམ་ལྷན་དགོས་པས་སེམས་དོར་བའི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་སྒྲོམ་པ་ཡོད་ལ་གཉིས་  
བ་ནས་སྒྲོམ་པ་གཏོང་བ་ཡིན་གྱི་དོར་བ་ཙམ་ནས་བྱང་སེམས་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། །ལོག་ལྷ་སྐྱེས་པ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེའི་བྱིར་དེ་གཉིས་ལ་ནི་བྱང་  
བ་ཙམ་གྱིས་ཙ་ལྷུང་དུ་འགྱུར་བས་སྤྱན་མོང་གི་ཡན་ལག་ཀྱན་དགེས་ཆེན་པོ་ལ་  
སྒྲོམ་མི་དགོས་ལ་གཞན་ལ་ནི་དགོས་ཏེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཆགས་དང་སེར་སྒྲ་  
ཞེས་པའི་རྐང་བ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཆོས་དང་ནོར་སྒོང་བ་ལ་མི་སྦྱིན་བ་གཉིས་བསྟན་ལ་  
བསྒྲིགས་ཏེ་ཞེས་སོགས་རྐང་བ་གསུམ་ཡང་འགྱུར་གྱི་བྱུང་པར་དང་བཙས་ཏེ་བརྗོད་  
ཟེན་ཏོ། །ཉོན་མོངས་བ་ཞེས་པའི་རྐང་བ་དང་པོ་ནི་སྤྱབ་བ་དགོངས་རྒྱན་དུ་བངས་  
པའི་འགྱུར་འགའ་ཞིག་ལས། ཉོན་མོངས་པས་གཞན་རྗེས་ཞུགས་པས། ཞེས་འབྱུང་  
བ་ལེགས་ཏེ་བྱང་སར་བདག་ཉིད་དམ་གཞན་དག་གི་གཡམ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ལྟར་  
བཙོས་པ་ལ་མོས་ནས་ཞེས་འབྱུང་བས། ཉོན་མོངས་པས་ཆོས་ལྟར་བཙོས་པ་བརྗོད་  
པ་ཞེས་སྦྱར་བ་ནི་བདག་གི་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ལ་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་  
པས་ཆོས་ལྟར་བཙོས་པ་བརྗོད་པ་ཞེས་སྦྱར་བ་ནི་གཞན་གྱི་གཡམ་རྒྱགས་བྱེད་པ་

ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །པམ་པའི་བྱེད་པའམ་ཉེས་དམིགས་ནི། པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་  
ཆོས་དེ་དག་ལས་གང་རུང་ཞིག་བྱས་ན་ཡང་ཆེ་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོག་ས་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་གསོགས་པ་དང་ཡོངས་སུ་འཇིན་པའི་སྐལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་ན་ཐམས་ཅད་བྱས་  
ན་ལྟ་ཅི་སྟོན། ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་སྐལ་བ་ཡང་  
མེད་དེ་བྱང་སེམས་ལྟར་བཅོས་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པའི་བྱང་སེམས་མིན་ནོ། །དེ་ལ་  
གསོགས་པ་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་དང་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་  
སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་བཤད་དོ། །འགྲེལ་པ་གཞན་རྣམས་ནི་སའི་རྟོགས་པ་  
དང་ཉེ་བའི་ཆོག་ས་བསག་པའི་མ་ཐུ་མེད་པ་ལ་འཆད་དོ། །བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་  
ནི་འགྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ས་ཐོབ་པ་ལ་བཤད་དེ་ས་དང་པོའོ། །མདོར་ན་པམ་པ་  
གཅིག་བྱང་ན་ཡང་ཆེ་དེ་ལ་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་ཅིང་དེ་དང་ཉེ་བའི་རྒྱ་ཆོག་ས་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤར་ཡོད་འཕེལ་བ་དང་སྤར་མེད་སྐྱེད་པའི་སྐལ་བ་མེད་ན་པམ་པ་ཡང་  
དང་ཡང་དུ་བྱང་ན་ལྟ་ཅི་སྟོན། དེའི་བྱིར་པམ་པ་བྱང་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་བྲང་  
དུ་ཡོད་པས་སྟམ་དུ་མི་བསམ་པར་ཅ་ལྟར་གིས་གཏན་མ་གོས་པ་ལ་སྟོག་“བསྟོས་”  
བྱའོ། །སྟོན་འདུག་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ལྟར་བ་སྟོབས་ལྡན་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
སྟོབས་ལྡན་པ་དག །འཁོར་བར་རེས་གྱིས་འབྲེ་བྱེད་ན། །ས་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་  
ཐོགས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

པམ་པ་བཞི་ནི་གཞུང་འདིར་འབྱུང་བ་ཅན་ཡིན་པས་བསྐྱབ་བརྟུས་ནས་  
གསུངས་པའི་པམ་པ་རྣམས་ཀྱང་བྱེད་ལས་འདི་དང་འབྲེལ། །ནམ་མཁའ་སྙིང་པོའི་



མདོ་ལས་ཀྱང་“ཉེས”དམིགས་གསུངས་ཏེ་རི་སྐད་དུ། ཅ་བའི་ལྷུང་བ་དེ་དག་གིས་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་ལས་དང་པོ་བ་འབྱུང་བ་ནཱ་ས་དགེ་བའི་  
ཅ་བ་སྟོན་བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཐལ་བར་སྟོན་སྟེ་པམ་པར་གྱུར་ཅིང་ལྟ་དང་མི་དང་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བདེ་བའི་གནས་ལས་སྤྱང་ནས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། ཡུན་  
རིང་པོར་འཁོར་བ་ན་འཁོར་བར་འགྱུར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་བལ་བར་འགྱུར་  
རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཀུན་དགེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་ཀུན་དགེས་རི་ལྟ་བུས་མི་གཏོང་ལ་  
རི་ལྟ་བུས་གཏོང་བའི་ཚུལ་ནི། པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་པོ་འདི་དག་གི་ཀུན་  
ནས་དགེས་པ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་གིས་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡང་དག་པར་  
སྤངས་པ་དེ་བཏང་བར་མ་འགྱུར་ལ་ཀུན་དགེས་ཆེན་པོས་ནི་གཏོང་རོ། །དེ་ལ་པམ་  
པའི་གནས་ལྟ་བུ་ནི་སྒར་བཤད་པའི་བསམ་པའི་སྟོན་ནས་བཞི་དང་སྟུར་བའི་སྟོན་ནས་  
བརྒྱད་དུ་བས་པ་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་པ་སོགས་སོ། །འདི་བརྒྱད་མཆོན་བྱེད་ཡིན་  
ཏེ་བསྐྱབ་བཏུས་སུ་གསུངས་པ་ནཱ་ས་ལ་ཡང་ཀུན་དགེས་ཆེན་པོ་མ་ཆང་ན་པམ་  
པར་མ་འགྱུར་ཏེ་དེར་གསུངས་པའི་མཆམས་མེད་ལས་ཀྱང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེ་བའི་  
ཐེག་ཆེན་སྟོང་བ་དང་སྟེད་བཀྱར་ལ་ཆགས་ནས་བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་ལ་འདིར་  
ཀུན་དགེས་ཆེན་པོ་མ་ཆང་ན་པམ་པར་མི་འགྱུར་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་  
ཡང་དེ་དགོས་པར་གསལ་ལོ། །འོན་ཀྱང་ལོག་ལྟ་སྟེས་པ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དོར་བ་ལ་དེ་དག་སྟེས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་གི་ཀུན་དགེས་ཆེན་པོ་ཆང་མི་དགོས་ཏེ་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེས་ན་ནཱ་ས་སྤྱང་གི་མདོར་གསུངས་པ་ཀུན་དགེས་ཆེན་པོ་མ་ཆང་

བ་ནམས་ཟག་པ་ཆུང་འཕྲིང་གང་རུང་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་པམ་པའི་“སྟེ”ཆན་ལ་པམ་  
པར་མ་སོང་བ་ནམས་ཟག་པ་ཆུང་འཕྲིང་དུ་གཞུང་འདྲིར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀྱན་  
དགེས་ཆེན་པོ་ངོས་གཟུང་བ་ནི་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་པོ་འདི་དག་རྒྱན་  
མ་ཆད་པར་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པ་དང་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་པ་ཆུང་དུ་ཅམ་ཡང་མི་  
སྦྱོད་པ་དང་དེས་མགྱུ་བར་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་དགའ་བ་དང་དེ་ཉིད་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་བ་  
ཅན་དུ་གྱུར་པ་འདི་ནི་ཀྱན་ནས་དགེས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་  
ཡན་ལག་བཞི་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་ནི། པམ་པ་ཞེས་པ་ནས་སྦྱོད་པ་དང་ཞེས་པའི་  
བར་ཉེ་ཆོས་བཞི་ཞེས་པ་ནི་འགྲེལ་བ་ཁ་ཅིག་འཆད་པ་ལྟར་བཞི་ཀ་ཆང་བ་མི་དགོས་  
ཀྱང་གང་རུང་གཅིག་གོ། །རྒྱན་མ་ཆད་ཅེས་པ་ལ་བོད་ཁ་ཅིག་ལན་གཉིས་ཡན་ཆད་  
བྱས་པ་ལ་འདོད་པ་དང་ཁ་ཅིག་སྦྱོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་ཆང་བ་ལ་འདོད་པ་ཡོད་  
ཀྱང་འགྲེལ་བ་གང་ནས་ཀྱང་མ་བཤད་ཅིང་དོན་ལ་ཡང་མི་ཐོབ་པས་དོར་བར་  
བྱའོ། །དེས་ན་པམ་པར་འགྲོ་རྒྱུ་དེ་ནམས་གང་རུང་ཞིག་སྦྱོད་ཅིང་ད་དུང་དེ་ལ་ཕྱི་  
ཕྱིར་རམ་སྦྱར་ཡང་སྦྱོད་འདོད་ཡོད་པ་ནི་སྔ་མ་དེ་རྒྱན་མ་ཆད་པའི་དོན་ཉེ་འགྲེལ་བ་  
གསར་མ་ལས། ཉོན་མོངས་དྲག་པོ་ནི་ཟག་པ་ནམས་ཕྱིར་ཞིང་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཀྱན་  
ཏུ་སྦྱོད་ཀྱང་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་པ་ཆུང་དུ་ཅམ་ཡང་མི་སྦྱོད་པ་དང་། ཞེས་  
གསུངས་ལས་སྟེ་བའི་འགྲེལ་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་བཞི་འམ་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་  
ལ་ཕྱི་ཕྱིར་ཞིང་སྦྱོད་པར་བྱེད་འདོད་དེ་ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། །རྒྱ་མཆོ་སྤྲིན་དང་ངོ་  
ན་སྟེ་ཉམས་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་ནམས་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པས་ནི་

དེ་ལྟར་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཉམས་པར་བྱས་པར་  
འགྱུར་ཏེ་དེའི་ཕྱིར་ཆུང་དུ་ཅམ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། ཞེས་རྒྱན་མི་  
ཆད་དུ་སྟོད་པ་ངོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཉམས་པའི་རྒྱར་བསྟན་ཏེ་དོན་ནི་སྤྲ་མ་གཉིས་དང་  
འབྲེལ། །འགྲེལ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་སྟན་ཆོད་ལས་མ་འདས་པ་ལ་འདོད་པ་ནི་འོག་ཏུ་  
བཤད་དོ། །

ཡན་ལག་གཉིས་པ་ནི། ངོ་ཆ་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ནས་མི་སྦྱང་བ་དང་ཞེས་པའི་  
བར་རོ། །དེ་ལ་ངོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་ནི་བྱང་ས་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཁ་ན་མ་  
མོ་བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོད་པ་ན་བདག་གི་ཆ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་འཛེམ་པ་ནི་ངོ་ཆ་ཤེས་  
པའོ། །དེ་ཉིད་ལ་གཞན་དག་ལ་འཛིགས་ཤིང་གྲུས་པས་འཛིན་པ་ནི་ཁྲིལ་ཡོད་པའོ་  
ཞེས་གསུངས་པའོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་ཉམས་པར་སྦྱད་པའོ། །རྣམ་པ་ནི་  
འཛེམ་པར་བྱེད་པའོ། །ཁྱད་པར་ནི་འདི་ནི་བདག་གི་བྱ་བའི་ཆ་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་སྤྲ་མས་  
རང་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ཏེ་འཛེམ་ན་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་གཞན་གྱིས་སྟོད་ན་མི་རུང་ངོ་  
ཞེས་གཞན་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ཏེ་འཛེམ་ན་ཁྲིལ་ཡོད་དོ། །འདི་གཉིས་ཆེན་པོ་དང་  
འབྲིང་ལྟ་ཞོག་ཆུང་དུ་ཅམ་ཡང་མ་སྦྱེས་པ་སྦྱེ་གང་ལ་མ་སྦྱེས་པའི་གཞི་ནི་པམ་པར་  
འགྲོ་རྒྱུ་ཉམས་སྟོད་ལ་ཞུགས་པ་ལའོ། །པམ་པར་འགྲོ་བ་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་མི་སྦྱང་བ་  
ཞེས་གསུངས་པས་ངོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་གང་རུང་ཞིག་ཆུང་དུ་ཅམ་ཞིག་སྦྱེས་ཀྱང་  
པམ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འོན་དེ་གཉིས་སྦྱེས་པ་དང་མ་སྦྱེས་པའི་དུས་གང་ཡིན་ཞེ་ན།  
པམ་པར་འགྲོ་རྒྱུ་ཉམས་སྟོད་ལ་ཞུགས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཡིན་གྱི་སྟན་ཆོད་ཀྱི་ནང་ཚུན་  
ཆད་དུ་འདོད་པ་མི་འཐད་དེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡན་ལག་གསུམ་པ་ནི། དེས་

མགུ་ཞེས་པ་ནས་དགའ་བ་ཞེས་པའི་བར་རྟོ། །འདི་ལ་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོད་དང་རྩི་ན་སྤྲོད་པ་  
 རོ་ཚ་མེད་པ་དེས་ཀྱང་མགུ་བར་བྱེད་ཅེས་གསུངས་ཏེ་གཞི་གང་ལ་རོ་ཚ་མི་སྤྲོད་པའི་  
 ཉེས་སྤྲོད་དེས་མགུ་བའམ་ཡང་ན་རོ་ཚ་དང་ཁྲིལ་མེད་པ་དེས་བྱ་བ་དེ་ལ་མགུ་བ་  
 སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་ལ་བྱ་སྟེ་ས་སྤྲོད་པ། རོ་ཚ་དང་ཁྲིལ་མེད་པ་ཉིད་གྱིས་རངས་ཏེ་  
 དགའ་བར་བྱེད། ཅེས་འཆད་པ་ལྟར་རྟོ། །ཉེས་སྤྲོད་ལ་ཞུགས་པ་ལ་འཛེམ་པ་མི་སྤྲོད་པ་  
 བ་ཅམ་གྱིས་མི་ཚོགས་བྱ་བ་དེས་རང་གི་ཡིད་མགུ་བ་ཞིག་དགོས་ཞེས་པའོ། །དེ་ལ་  
 དགའ་བ་ནི་ཉེས་སྤྲོད་དེ་ཀུན་ཏུ་སྤྲོད་པ་མི་སྤྲོད་པ་ལ་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོད་དང་རྩི་ན་སྤྲོད་  
 གཉིས་ཀས་བཤད་དོ། །འདི་ནམས་སྤྲོད་པ་ནམས་གཞིར་བཞག་ནས་བྱི་མ་མ་ཆང་ན་  
 ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་མི་ཆང་བས་སྤྲོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་པ་ལ། མི་སྤྲོད་བ་  
 མེད་ན་སྤྲོད་བར་འགྱུར་ལ་སྤྲོད་ན་ནི་འཛེམ་པའི་སྤྲོད་པས་ཡན་ལག་གཉིས་པ་ཡང་  
 མ་ཆང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་སྤྲོད་བ་ནི་ཉེས་དམིགས་སྤྲོད་པ་ལྟས་ནས་མི་སྤྲོད་བ་ལ་  
 མི་བྱེད་དོ། །འོ་ན་གང་ཞེ་ན་འདི་ལ་སྤྲོད་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས། མགུ་བ་ནི་བསམ་  
 པ་ཐག་པ་ནས་དགའ་བ་སྤྲོད་པ་དང་དགའ་བ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་པས་གནས་པ་ལ་འཆད་པ་  
 ལྟར་མགུ་བ་ནི་ཉེས་སྤྲོད་དེ་ལ་དགའ་བ་ཡིན་ལ་དགའ་བ་ནི་ཉེས་སྤྲོད་དེ་སྤྲོད་པའི་  
 སྤྲོད་པ་ལ་དགའ་བ་ཅམ་ལ་བྱས་ན་དགོངས་པ་མཐུན་ནམ་སྤྲོད་པོ། །འོ་ན་རྒྱུ་མི་  
 ཆད་ཏུ་སྤྲོད་པའི་བྱི་མ་ལ་སྤྲོད་འདོད་ཡོད་པ་དང་སྤྲོད་པོ་ཞེ་ན། མི་སྤྲོད་ཏེ་དེ་ལ་  
 འདོད་པ་དང་དེ་ལ་དགའ་བ་གཉིས་སེམས་བྱང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

ཡན་ལག་བཞི་བ་ནི། དེ་ཉིད་ལ་ཡོན་ཏན་ཏུ་སྤྲོད་པ་སྟེ་འདི་ཡི་དོན་བྱ་བ་དེ་ལ་

ཉེས་དམིགས་སུ་མི་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱ་མཆོ་སྤྱོད་དང་ངོ་ན་སུ་བས་བཤད་དོ། །གལ་ཏེ་ཉེས་  
དམིགས་སུ་ལྟ་ན་འདྲེས་པའི་སྒོ་མི་སྤྱེ་བ་དང་དེ་ལ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རྩེ་  
ལྟར་འོང་སྟམ་ན། མི་འགལ་ཏེ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བུ་འོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་  
ངོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་ཉེས་དམིགས་སུ་མཐོང་ཡང་དགའ་བས་འཇུག་པ་ནི་  
ཁྲིམས་ལྟར་ལོག་གཤམ་ལ་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །དགའ་མགུ་གཉིས་ཀྱི་བཤད་པ་  
བརྩེས་པ་མ་གཏོགས་པ་ས་སུ་བྱ་ཡང་སྤྱ་མ་དང་མ་སྟན་ནོ། །སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་  
གྱིས་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་དེ་དག་ཉིད་ལ་འདི་དག་ནི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ་སྟམ་  
པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་བུ་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ནི་པམ་པའི་གནས་ཀྱི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་མེད་དུ་འདྲིན་པ་མ་ཡིན་གྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱོགས་སུ་ལྟ་ཞིང་མི་འདོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་  
མི་ལྟ་བུ་ལ་དགོངས་པས་འགྲེལ་བ་རྣམས་དགོངས་པ་གཅིག་གོ། །མདོ་བཅུས་ཀྱི་  
འགྲེལ་བར་རྒྱན་མ་ཆད་པ་ནི་སྟན་ཆོད་ལས་འདས་པའི་བར་དུ་མ་ཆད་པ་ལ་འཆད་  
ཅིང་། དེའི་དོན་ནི་སྤྱ་མ་མང་སོས་དེའི་བར་ལ་ངོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་མ་སྤྱེས་པས་དེ་གཉིས་  
གྱིས་བར་མ་བཅད་པ་ལ་འདོད་དེ་བདག་བསྟོད་སོགས་ཀྱི་རིགས་འབྲེལ་མ་ཆད་པ་  
དགོས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་སྟམ་དུ་བསམས་པའོ། །སྟན་ཆོད་ཀྱང་ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་  
པ་ལས། བྱང་སེམས་ལ་སྤྱོད་ལྟར་བ་བྱུང་ན་ཕྱིད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མ་བྲལ་  
བར་གནས་ན་དེའི་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐའ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིད་ལ་བྱུང་ན་ཕྱི་བོ་དང་  
ཕྱི་བོ་བྱུང་ན་སྟོད་ལ་དང་སྟོད་ལ་བྱུང་ན་ནམ་གྱང་དང་ནམ་གྱང་ལ་བྱུང་ན་ཐོ་རངས་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མ་བྲལ་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐའ་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་

མོ་རངས་བྱང་ན་སྤྱོད་ལ་ཞེས་པ་དོན་གྱི་འཛོལ་བས་ཉིན་ལ་ཆ་གསུམ་མཆན་ལ་ཆ་  
 གསུམ་བྱས་པའི་ཉིན་ཞག་གི་དྲུག་ཆའོ་ཞེས་འདོད་དོ། །འདི་ལ་སྤྱི་མ་མི་འཐད་དེ།  
 རྒྱན་མ་ཆད་པའི་དོན་དང་རོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་མི་སྤྱི་བ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་སོང་བས་  
 གཞུང་ནས་ཡན་ལག་སོ་སོར་བགྱངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །འདིར་བསྟན་པའི་ཡན་  
 ལག་རྣམས་ཀྱིས་མ་བསྟན་ཀྱང་ཁ་བསྐྱངས་ནས་སྟུན་ཆོད་བྱེད་ན། བྱང་སར་ཀུན་  
 དཀྱིས་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་ཆང་བར་མ་བསྟན་པར་འགྱུར་ལ། གཞན་གྱིས་བསྟན་  
 ཡིན་བྱེད་ན་དེར་ཡང་མ་ངེས་པའི་ཡན་ལག་དུ་མ་འཇུག་པར་རིགས་པས་སྟུག་པ་  
 མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཕྱི་མ་སྟུན་ཆོད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་མདོ་ཡི་དོན་མིན་ཏེ་མདོ་དེ་  
 ལས། ཉེ་བར་འཁོར་རྗེ་ལྟར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཅོས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཅོས་སུ་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཉེ་བར་འཁོར་འདི་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ནི་སྤྱོད་དུས་ཀྱི་ཆེ་  
 ཉེས་པ་བྱང་ལ་གྱུང་ཆོགས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སེམས་དང་  
 མ་བྲལ་བར་གནས་པར་བྱེད་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡོངས་སུ་མ་གཏུགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་ཞེས་པ་མན་ཆད་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱར་ཏེ་གྱུང་ཆོགས་དང་ཕྱི་རོ་གཉིས་དང་  
 ཕྱི་རོ་དང་མཆན་མའི་སྟུན་དང་པོ་གཉིས་དང་སྟུན་དང་པོ་དང་མཆན་མའི་གྱུང་སྟུན་  
 གཉིས་དང་གྱུང་སྟུན་དང་སྟུན་ཐ་མ་གཉིས་ལ་གསུངས་ནས། ཉེ་བར་འཁོར་དེ་ལྟར་ན་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་

པ་ནི་བཙུགས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འགྲོད་པའི་ཀྱན་ནས་  
ལྷང་བ་ཏ་ཅང་བསྐྱེད་པར་མི་བྱ་ཞིང་ཏ་ཅང་ཡིད་ལ་གཅགས་པར་ཡང་མི་བྱའོ། །ཉེ་  
བར་འཁོར་དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཉེས་པ་བྱུང་ན་ནི་ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་ཐེག་པ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཉམས་པ་དང་རབ་ཏུ་ཉམས་པ་དང་ཡོངས་སུ་  
གཏུགས་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་པས་ནི་  
ཉན་ཐོས་པ་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་ཕྱིར་མགོ་དང་གོས་ལ་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུར་བྱ་  
དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་པ་ལྟག་པའི་བསམ་བསམ་ཡོངས་སུ་  
སྤང་ན་ལས་འདའ་བར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ནི་བཙུགས་སུ་མེད་པ་ཡིན་  
འོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྔ་བོ་ལྷང་བ་བྱུང་ན་ཞེས་པའི་ལྷང་བ་དེ་ནི་ཅ་ལྷང་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

ཅ་ལྷང་ཡིན་པར་ཅིས་ཤེས་ན་ཐེག་ཆེན་དང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་  
ཕྱིར་བཙུགས་སུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ལན་དུ་གསུངས་ལ་དེའི་དོན་བསྐྱར་ཡང་དེ་ལྟར་ན་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཙུགས་སུ་ཡོད་པ་ཞེས་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་པ་ལ་ཉེས་པ་  
བྱུང་ན་སྤང་བཙུགས་སུ་མེད་པར་གསུངས་པས་ཤེས་ཏེ་ཅ་ལྷང་ལས་གཞན་ཕྱིར་  
བཙུགས་སུ་བྱང་བ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་མིན་  
འོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ་ཅ་ལྷང་ཡིན་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཡོངས་སུ་མ་  
གཏུགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ་ཚུལ་ཁྲིམས་  
ཡོངས་སུ་གཏུགས་པའི་དོན་ནི་ཉམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ལྷན་མེད་དེ་བསྐྱབ་  
བཏུས་སུ་བྱངས་པའི་འགྲུར་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་པོ་མཐའ་མེད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བ་

འདི་བདེ་སྟེ་དེའི་དོན་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ཙུང་ལྷུང་བས་ཕྱིར་  
ཟུང་དུ་མེད་ན་དེའི་མཐའ་དེ་ཙམ་དུ་ཟད་པར་མཐའ་ཡོད་ན་ཡང་ཟུང་དུ་ཡོད་པས་  
མཐའ་མེད་ཅེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མདོ་དེས་སུན་ཆོད་བསྟན་དུ་ཚུགས་  
ཡང་མི་འགྲིག་སྟེ་སུན་ཆོད་འདོད་པ་ལྟར་ན་སུན་དེའི་ནང་དུ་གཉེན་པོས་སྟེབ་དགོས་  
ལ། སྔ་རོ་ལྷུང་བ་བྱུང་ན་གྲུང་ཆིགས་ལ་ཞེས་གསུངས་གིང་དེ་གཉིས་ཀྱང་སུན་ཆོད་  
སོ་སོ་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་དང་གཞུང་ནས་ངོ་ཚ་ཁྲེལ་ཡོད་དང་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་  
བ་ཡོད་མེད་ལ་བཤད་ལ། མདོ་ལས་སྟོན་སེམས་དང་མ་བྲལ་བ་ལ་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ལམ་སྟོན་འགྲེལ་པར། སུན་ཆིགས་དུག་པོ་དུམ་བུ་བཙོ་བརྒྱུད་  
འབྱུང། །སྔ་རོའི་སུན་ལ་དུམ་བུ་གསུམ་ཡོད་པའི། །དུམ་བུ་དང་པོ་དུམ་བུ་བར་མ་  
ལ། །ཉེས་པ་བྱུང་བ་དུམ་བུ་ཐ་མ་དེར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྟེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཉམས། །ཕྱི་མ་ལྔ་ཡང་དེ་བཞིན་བསྟེ་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཅི་ཞེན། འདི་  
ནི་ལུང་དེའི་གོང་དུ། སྟོན་པའི་ཁྲོགས་སྤངས་སུན་ཆིགས་སྟོར་དང་ལྡན། ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཟུང་ནས་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོབ་མའི་མཆོན་  
ཉིད་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། སུན་ཆིགས་སྟོར་དང་ལྡན་ཞེས་པ་ནི་སུན་དུག་རེ་རེའི་དུམ་བུ་  
དང་པོ་གཉིས་སུ་ཉེས་པ་བྲས་པ་དེ་དུམ་བུ་ཐ་མ་ཚུན་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དྲན་  
ནས་སྤར་གསོ་བའི་སྟོར་བ་དང་ལྡན་པ་དགོས་ཀྱི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་བྱང་སེམས་ཐ་མའི་  
ཕྱིར་བཙོས་ཀྱི་ཚུལ་ལས་ཀྱང་ཉམས་སོ་ཞེས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ལུང་  
དེའི་འཕྲོས་ཉིད་ནས། དུམ་བུ་དང་པོར་ལེགས་པར་གསོ་བྱེད་པ། །སྟེས་བུ་རབ་ཡིན་  
འབྲིང་ནི་གཉིས་ལས་སོ། །དུམ་བུ་ཐ་མར་གསོ་བ་ཐ་མ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་



རོ། །དེར་མ་ཟད་སྤྲེས་བྱ་རབ་ཀྱི་རབ་ནི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དང་རབ་ཀྱི་འཕྲིང་ནི་གཉིས་  
བ་དང་རབ་ཀྱི་ཐ་མ་ནི་སྐད་ཅིག་གསུམ་བར་གསོ་བས་དགྲ་བྱ་ལྔ་བར་བཞེས་  
ཡང་གསུངས་ཏེ་ཕྱིར་འཆོས་པའི་ཚུལ་ཡིན་གྱི་པམ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་ཆོག་གས་  
མིན་ནོ། །

འོ་ན་ཅ་ཆུང་བྱང་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤར་གསོ་རྒྱུར་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་  
བ་ལ་བྱེད་དམ་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་སོ་ཐར་ལ་བྱེད། དང་པོ་ལྟར་ན་སྤར་གསོར་  
རྒྱུར་བ་ལ་སྒྲོན་སེམས་མ་བྲལ་ན་ཞེས་པའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ་མི་རིགས་ཏེ་སྒྲོན་པ་  
བཏང་བ་སྤར་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལེན་ན་སྤྱི་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲོམ་ལྡན་ལ་པམ་བ་བྱང་ནས་སྤར་བྲངས་  
ཀྱང་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོམ་པ་འབྲེལ་བ་ཕྱིར་བྲང་དུ་མེད་པར་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་གཞུང་མང་པོ་  
ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་སྒྲོན་སེམས་དང་བྲལ་མ་བྲལ་གྱི་བྱད་པར་ཡང་མི་འཐད་  
པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མདོ་འདི་སྒྲོབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྟས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་མ་སྤྲུམ་  
སྤྲིག་ལྟར་འདག་པའི་ཤེས་བྱེད་དུ་བྲངས་ལ་མདོའི་དོན་ནི་ཅ་ཆུང་བྱང་ཡང་སྒྲོན་  
སེམས་དང་མ་བྲལ་ན་སྤར་སྒྲོམ་པ་གསོར་ཡོད་པར་བསྟན་པས་ན། ཅ་ཆུང་གིས་སྒྲོམ་  
པ་སྤར་སྤྱི་བའི་གོགས་བྱེད་པའི་སྤྱི་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མ་བྲལ་བའི་སྒྲོབས་  
ཀྱིས་བཀག་ཅེས་བཤད་དགོས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པར་མདོན་ཏེ་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་སྒྲོན་སེམས་བཏང་བ་ལ་ཡང་སྤར་སྤྱི་བའི་ཕྱིར་ཏེ་སྤར་བྲངས་པ་  
ལྟར་སྤྱོད་འབྲུག་ཏུ་ལྟར་བ་སྒྲོབས་ལྡན་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོབས་ལྡན་འདེས་  
མར་སྤྱོད་ན་ས་ཐོབ་པ་ལ་རིང་དུ་ཐོགས་ཞེས་སྒྲོན་སེམས་བཏང་བའི་ཉེས་དམིགས་

གི་སྐབས་སུ་གསུངས་ལ་ལྟར་བ་སྟོབས་ལྡན་ནི། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ལ། །ལྟར་བའི་ནང་ན་སྟེ་བ་སྟེ། ཞེས་ལུང་དེའི་གོང་དུ་གསུངས་པའི་སྟོན་སེམས་  
བཏང་བའོ། །དེ་དང་སྟོན་སེམས་སྟོབས་ལྡན་རེས་གིས་འདྲེ་བར་བྱེད་པ་ནི་ལྟར་བ་དེ་  
བྱང་ནས་སྤང་ཡང་སྟོན་སེམས་སྟོབས་ལྡན་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་སེམས་བསྐྱེད་སྟོར་  
ཆུད་ན་སྟོན་པ་མི་སྐྱེ་བའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉེ་བར་འཁོར་གིས་ཁྱས་པ་ལས་  
ཀྱང་། ཉན་"ཐོས་"ཀྱི་ཐེག་པ་བ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་པ་ནི་རི་ལྷར་བརྟེན་  
པར་བགྱི། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་བ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་པ་ནི་རི་  
ལྷར་བརྟེན་པར་བགྱི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཁྱགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་པ་ནི་རི་ལྷར་བརྟེན་པར་བགྱི། ཞེས་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སོ་ཐར་ཁྱས་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མ་ཁྱས་པས་གང་ཐག་ཐེག་དམན་  
པ་དང་ཐེག་ཆེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་ཁྱབ་པ་མཛད་པའི་ལན་དུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་པ་བཙུག་སུ་ཡོད་པ་དང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཙུག་སུ་མེད་པར་སྟོས་ཤིག་  
ཅེས་གསུངས་པ་དེ་སྤར་གྱི་མདོ་དེས་འཆད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་སྟོན་སེམས་  
དང་མ་བུལ་ན་བཙུག་སུ་ཡོད་པ་དང་བུལ་ན་བཙུག་སུ་མེད་པའི་ཁྱད་པར་འོང་བ་ཅི་  
ཞེན་སོ་ཐར་གྱི་སྟོན་ལྡན་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་ཅ་ལྟར་བྱང་བ་ཕྱིར་སྤང་དུ་ཡོད་ན་ཁྱད་  
པར་དེ་དོན་མེད་ཀྱང་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་བྱང་སེམས་སོ་ཐར་གྱི་སྟོན་ལྡན་དེ་ལ་  
སོ་ཐར་གྱི་ཅ་ལྟར་བྱང་ན་ཅ་ལྟར་བྱང་བའི་འོག་དེ་མ་ཐག་ཡན་ཆད་དུ་སྤར་བསྐྱེད་  
པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་མ་བུལ་ན་ཕྱིར་སྤང་དུ་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་བྱང་སེམས་ཡིན་ཡང་

ཅ་ལྟར་གི་སྒྲོར་དངོས་མཐུག་དེ་མ་ཐག་ཡན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་བཏང་ནས་མི་ལྷན་  
 བར་བལ་ན་ཕྱིར་བསྐྱར་དུ་མི་རུང་སྟེ་དེ་རུང་ན་ཐེག་པ་དམན་པའི་རྟེན་ལ་ཡང་ཉ་ཅང་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །“དེས་ཀྱི་ན་སྔ་དོ་ཞེས་པ་ནི་སྐྱེ་རེངས་ཤར་ནས་གྲང་ཆིགས་ལ་  
 མ་སྟེབ་པའི་བར་སྐྱེ་ལ་བྱེད་པས་གྲང་ཆིགས་ལ་ཞེས་པ་ནི་ལྷུང་བ་བྱུང་བའི་”དེ་ནི་  
 མ་ཐག་གི་མཆོཅ་བྱེད་རོ། །

མདོར་ན་ཅ་ལྟར་བྱུང་བའི་“དེ་”ཀྱི་མ་ཐག་ཡན་ཆད་དུ་སྟོན་སེམས་དང་མ་བལ་  
 ན་སེམས་དེའི་མཐུས་ཅ་ལྟར་བྱུང་ཡང་ལྷུང་བ་དེ་སྟོན་པ་སྤར་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་  
 དུ་སྐྱེ་མི་རུས་ལ་བལ་ན་དེའི་རུས་པ་འགོག་བྱེད་མེད་པས་སྤར་གསོར་མི་རུང་ཞེས་  
 པའི། །དེས་ན་ཅ་ལྟར་མ་བྱུང་བའི་གོང་ནས་སེམས་དེ་བཏང་ཞིང་བལ་ན་བཅོས་སྟུ་  
 མི་རུང་བས་ལྷུང་བ་དེ་བྱུང་མ་ཐག་གི་མཐུག་ཚུན་ཆད་དུ་སེམས་དེ་དང་མ་བལ་བ་  
 ཞིག་དགོས་སོ་དེ་ལ་དགོངས་ནས་མ་བལ་ན་ཞེས་སྤར་བསྐྱེད་པ་དེ་དང་མ་བལ་ཞིང་  
 མ་བཏང་བ་ལ་གསུངས་ཀྱི་དུས་དེར་སེམས་དེ་མ་བསྐྱེད་ན་ཞེས་མ་གསུངས་  
 སོ། །ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་ཅི་སྟེ་བརྒྱ་ལ་ལ་ལ་ཞིག་དུ་སྟེག་པའི་“གྲོགས་༤པའི་  
 དབང་གིས་ཉེས་པ་བྱུང་ན་དེ་འདི་ལྟར་སྟོན་པོ། །གལ་ཏེ་བདག་གིས་སྤང་པོ་འདི་དག་  
 གིས་ཡོངས་སུ་སྤང་ན་ལས་འདའ་བར་བྱ་ན་ནི་བདག་གི་སེམས་ཡོངས་སུ་གདུང་བ་  
 དང་ལྷན་པར་ཡང་འགྱུར་གྱིས་འདི་ལྟར་བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྟོན་པར་

༡ དས  
 ༢ ད  
 ༣ ད  
 ༤ གོགས

བྱ་བའི་ཕྱིར་ཕྱི་མའི་མཐའི་སྤར་འཁོར་བ་ན་གནས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གོ་ཆ་བགོས་ལ།  
 བདག་གིས་སེམས་ལ་གདུང་བར་ནི་མི་བྱའི་རི་ལྟ་ཅི་ལྟར་འཁོར་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་  
 དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱའོ། །ལྟར་བ་འདི་ཡང་ཆོས་བཞིན་དུ་གསོ་  
 བར་བྱའོ། །ཕྱིས་ཉེས་པ་མི་བྱའོ་སྤྲུམ་དུ་སེམས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་ཡོངས་སུ་བརྟག་  
 པ་བཟུང་ན་གལ་ཉེ་རབ་དུ་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཙུ་བའི་ལྟར་བ་བཞི་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཞིག་པར་གྱུར་ཀྱང་ཐབས་ལ་མཁས་པ་འདིས་སེལ་བར་བྱེད་པ་ལྟ་ན་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ་ལྟར་བར་མི་འགྱུར་བར་ང་སྤྲོད། །ཞེས་གསུངས་པས་ལྟར་བའི་  
 རྟེན་ལ་བྱང་སེམས་དགོས་ཀྱི་དང་པོར་རྟེན་གཞན་ལ་ཙུ་བྱང་ནས་ཕྱིས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔལ་སོང་བས་སོ་ཐར་སྐྱོར་དུ་མི་རུང་སྟེ་མདོ་གཉིས་ཀ་ནས་བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་སོ་ཐར་ཁོན་ལ་གསུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལ་འབྲུལ་ནས་ཐེག་ཆེན་པའི་  
 ལུགས་ཀྱི་སོ་ཐར་ལ་པམ་བ་བྱུང་ཡང་ཕྱིར་བསྐྱར་བས་སྟོན་བཞིན་སྟོམ་པ་འཐོབ་པོ་  
 ཞེས་སྤྲོ་བ་ནི་ཐེག་ཆེན་པའི་བྱུང་མཐའ་དང་ཐེག་ཆེན་པའི་གང་ཟག་གཉིས་གཅིག་དུ་  
 བཟུང་བའི་ནོར་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་“སོ”ཤར་གྱི་ཁྱད་པར་ལ་  
 གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་རྗེས་སུ་སྤང་བ་དང་བཅས་མ་བཅས་དང་  
 ཕྱིར་བཅོས་སུ་ཡོད་མེད་དང་རིང་དུ་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་དང་མཐར་ཆགས་པའི་ཁྱད་  
 པར་གསུམ་གསུངས་པའི་ཐ་མའི་དོན་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་འཕྲོས་ཀྱང་  
 མི་གཏོང་བ་རིང་དུ་ཞུགས་པ་ལ་འདོད་པ་ནི་མི་རིགས་ཉེ་མདོ་དེ་ལས། བྱང་སེམས་

དགེ་ཙ་སྒྲིན་པས་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཆེ་གཅིག་ལ་ཟད་པར་མི་བྱ་བར་རིམ་གྱིས་  
ཟད་པར་འགྱུར་བ་དང་ཉན་ཐོས་དགེ་ཙ་སྒྲིན་པས་ནི་“མགོ་”ལ་མི་འབར་བ་ལྟར་བྱེད་  
པས་སྲིད་པར་སྦྱེ་བ་སྒྲིན་ཅིག་ཙམ་ཡང་བསྦྱེད་པར་མི་བྱ་བ་གཉིས་རིང་དུ་ཞུགས་པ་  
དང་མཐར་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་གསུངས་པས། སྲིད་པར་འཁོར་བ་ཆེད་དུ་འཛིན་  
མི་འཛིན་ལ་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱོས་པས་ཆོག་གོ། །

ད་ནི་དལྱུས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོར་  
འགྱུར་བ་ལ་དགག་པའི་སྒྲོན་པ་དེ་ཆེ་“ཁྲིམ་”ཡོད་མ་སྦྱེས་པ་དང་ཉེས་དམིགས་སུ་  
མི་ལྟ་བ་གཉིས། སྦྱབ་པའི་སྒྲོན་པ་ཕྱི་མ་ལ་སྦྱོད་འདོད་དང་མགྲུ་ཞིང་དགའ་བ་གཉིས་  
ཆང་བ་དགོས་ན་མེད་པ་གཉིས་གང་ནས་བཟུང་སྟེ་གང་གི་བར་དུ་མེད་པ་དང་ཡོད་  
པ་གཉིས་ཀྱང་གང་ནས་གཟུང་སྟེ་གང་བར་དུ་ཡོད་པ་དགོས་ཤེ་ན། འདི་ལ་མེད་པ་  
གཉིས་ནི་ཀུན་སྒྲོང་བྱང་བ་ནས་བརྒྱུ་ཏེ་དངོས་གཞི་རྩོགས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཡན་  
ཆད་དུ་མེད་པ་རྒྱན་ཆགས་པ་དགོས་ཀྱི་བར་དེ་དག་དུ་དེ་ཆེ་ཤེས་པའམ་ཁྲིམ་ཡོད་  
པའམ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་གང་རུང་ཞིག་བྱང་ན་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་  
མི་ཆང་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་གཉིས་ཀྱང་དུས་དེ་དག་གང་རུང་དུ་བྱང་ནས་དངོས་  
གཞི་རྩོགས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཡན་ཆད་དུ་ཡིད་“དེ་དག”ལས་མ་ལོག་པ་དགོས་ཀྱི་  
རིགས་འདྲ་བར་མ་ཆད་དགོས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། །འོ་ན་ཀུན་དགྱིས་རྒྱང་འབྲིང་གི་  
བྱད་པར་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ལ་རྒྱ་མཚོ་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་འདོད་དང་རྩི་

༡ མག

༢ ཁྲིམ

༣ དངག

ན་སུ་ཅ་དང་སྒོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་འགྲེལ་བ་རྙིང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མ་བཤད་ལ། ས་སུ་ཐ་ས་  
ཉོན་མོངས་ལ་འབབ་བ་དང་གཞོལ་བ་དང་བབ་བ་གསུམ་སྟེ་དང་པོར་སྐྱེས་པ་ཅ་མ་  
དང་སྐྱེས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་དེ་ལ་སེམས་གཞོལ་བ་དང་ཉོན་མོངས་པ་དེའི་དབང་དུ་  
གྱུར་བ་ལ་ཀུན་དགྱིས་རྒྱུད་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་འཛོག་པའི་རང་ལུགས་དང་། དཀོན་  
མཆོག་སྤྱིན་ནས་དུག་གསུམ་ལ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གསུངས་པ་དང་སྦྱོར་བའི་  
གཞན་ལུགས་གཉིས་བཤད་ཀྱང་སྔ་མ་གཞུང་ལས་ཡེ་མི་གསལ་ཞིང་བྱི་མ་ཡང་འདི་  
དང་མི་མཐུན་པར་སྤང་ངོ་། །སྒོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་འགྲེལ་བ་གསར་མ་ལས། སྔར་གྱི་  
ཡན་ལག་བཞིའི་སྟེང་དུ་གཞན་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་མི་ལྟོག་པ་བསྐྱན་པས་ལྔ་  
"ཆང་ཉ"ན་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོ་དང་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ལྟོག་ན་འབྲིང་དང་གསོལ་བ་  
བཏབ་པ་ལ་མི་ལྟོས་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྤུར་བར་ལྟོག་ན་རྒྱུད་དུ་བཤད་མོད།  
འཐད་སྐྱམ་པ་མི་སྤང་སྟེ་འགྲེལ་བྱེད་རེས་ཡན་ལག་བསྐྱན་ཡིན་བྱེད་ན་ཡན་ལག་གི་  
མཆོམས་གཟུང་ས་མེད་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་ངོ་། །

འོ་ན་གང་ཞེ་ན། འདིར་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཀུན་དགྱིས་གསུམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་  
མཛད་ཅིང་གསུམ་གའི་རྒྱུད་བ་ངོས་ཀྱང་གཟུང་དགོས་ཏེ། མ་ཟེན་ན་གསུམ་དང་  
གཅིག་ལ་བཤགས་དགོས་པའི་བྱེད་པར་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་དང་སྐྱབས་གཞན་དུ་ཡང་  
མ་གསུངས་པས་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོ་ངོས་བཟུང་བའི་སྒྲོན་མ་ཤེས་ཀྱས་པར་གསལ་  
ལོ། །དེ་ལ་བྱ་བ་དེས་མགྱུ་ཞིང་དགའ་བ་དང་བྱི་མ་ལ་སྦྱོད་འདོད་ཡོད་པ་དང་། ཉེས་  
དམིགས་སུ་མི་ལྟ་བ་བཙུག་ནི་བྱི་མ་ཉོན་མོངས་ཆེ་བར་གསལ་ཏེ་སྔ་མ་ཡོད་ཀྱང་

ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་ན་འདྲེས་པ་སྐྱེ་ས་ཡོད་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ཡེ་མི་ལྟ་ན་འདྲེས་པ་  
སྐྱེ་ས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་ལ་ངོ་ཚ་ཁྲིལ་ཡོད་དང་ལྟ་  
བས་མ་བྱུང་གྱིས་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་མེད་ན་དེ་གཉིས་མི་སྐྱེ་བས་བྱུང་བོ། །དེས་  
ན་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་མ་ཆང་བའི་ཆེ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་འདུག་ན་  
ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་ཆང་ཡང་རྒྱུད་དུར་ཤེས་པར་བྱ་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་མི་  
འདུག་ན་འབྲིང་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་མེད་པ་ན་ངོ་ཚ་ཁྲིལ་ཡོད་  
མེད་ལ་ངོ་ཚ་ཁྲིལ་ཡོད་ལྟར་ན་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་འབྱུང་བར་ངེས་པས་དེ་གཉིས་  
ཟུར་དུ་མ་བརྩིས་སོ། །

བཞི་པ་སྐར་གསལ་རྒྱུད་བའི་བྱང་པར་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་པམ་པའི་ཆོས་  
ལན་ཅིག་ཙམ་ཀུན་ཏུ་སྤྱད་པས་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་སྒྲངས་པ་མི་གཏོང་  
ངོ། །དེའི་དོན་ནི་པམ་པ་སྤྱད་པས་དགེ་སློང་གིས་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་བཏང་བ་བཞིན་  
དུ་“ཞེས་”ལྟ་མ་དེའི་གོང་དུ་གསུངས་པས་སོ་ཐར་བཏང་བ་དང་འབྲ་བར་མི་གཏོང་  
“ཞེས་”པའི་དོན་ཏེ་སོ་ཐར་པམ་པ་བྱུང་ནས་བཏང་ན་སྐར་སྒྲངས་པས་སྒྲོན་བཞིན་མི་  
སྐྱེ་བར་གཏོང་བ་དང་མི་འབྲ་ཞེས་བྱའོ། །པམ་པ་ལན་ཅིག་གིས་མི་ཆོག་པར་ལན་ཁ་  
ཡང་སྤྱད་པས་གཏོང་ཞེས་པའི་དོན་དུ་མི་གཟུང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་གཞུང་སྤྱི་མཐོང་དེ་མ་  
ཐག་ཏུ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ནི་སྒྲངས་པ་བཏང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཆེ་འདི་ལ་ཕྱིར་ཞོད་པའི་  
སྐལ་བ་ཡོད་དེ་དགེ་སློང་པམ་པ་བྱུང་བ་བཞིན་དུ་སྐལ་བ་མེད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བ་མ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་པམ་པ་འཆབ་མེད་བྱུང་ན་སོ་ཐར་ཡང་སྤྱི་མ་

༡ ཞེས

༢ ཞེས

ཕུལ་ནས་སྒྲངས་ན་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲར་  
སྒྲང་དུ་མེད་ཅེས་གསུངས་ཤེ། འདི་ལ་སྡེ་བ་ཁ་ཅིག་འཆབ་པ་མེད་ན་པམ་པར་མི་  
འགྱུར་བས་པམ་བ་ཐམས་ཅད་འཆབ་བཅས་སུ་འདོད་པ་ལྟར་ན་ཕྱིར་སྒྲང་དུ་མེད་པ་  
སྒྲ་སོར་བཞག་གིས་ཆོག་གོ། །དེ་ཡང་ཐེག་པ་དམན་པའི་རྟེན་ལ་དགོངས་ཏེ་སྒར་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །པམ་བ་འཆབ་མེད་འདོད་པ་ལྟར་ན་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་བ་སྒྲང་  
དུ་ཡོད་པ་དང་མི་འབྲསྟེ་བྱང་སེམས་ལ་ནི་སྒྲར་སྒྲངས་པས་སྡོམ་བ་རྣམ་དག་སྦྱེ་ལ།  
ཐེག་པ་དམན་པའི་རྟེན་ལ་ནི་སྒྲར་སྒྲངས་ཀྱང་དགེ་སློང་གི་སྡོམ་བ་རྣམ་དག་མི་སྦྱེ་བའི་  
ཕྱིར་ཏེ་ཕུལ་རྟེན་ལ་ལྟོས་ནས་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་དང་རྫོགས་པ་གཉིས་ཀར་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་སོ་ཐར་ལ་སྒྲར་བཅོས་སུ་མེད་པ་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
སྡོམ་བ་ལ་པམ་བ་བྱང་བ་སྒྲར་བཅོས་སུ་རུང་བའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཞེན་འདི་ལ་རྒྱ་མཆོ་  
སྟེན་ནི། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྡོམ་བ་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་གནས་སུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཅ་བའི་སྡོམ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ་དེ་ཆད་པར་བྱུང་ན་ངོ་ཆ་མེད་  
པ་དང་ཁྲིལ་མེད་པ་བྲག་པོ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པས། རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་པ་ཉམས་  
པར་བྱས་པས་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་སྡོམ་བ་ཡང་དག་པར་སྒྲང་བའི་སྐལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་  
རོ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་འཕྱི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔལ་འཕྱི་སྡོམ་བ་ཡོངས་སུ་བཏང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཆེ་འདི་ལ་ཕྱིར་ཁོད་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་དེ་  
རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་པ་ཉམས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སོ་ཐར་གྱི་པམ་བ་  
བྱང་ན་ངོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཉམས་པར་བྱེད་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་བའི་པམ་བས་ཉམས་  
པར་མི་བྱེད་པ་རྒྱ་མཆན་དུ་མཛད་ཅིང་། དེའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་སོ་ཐར་དགེ་བའི་ཆོས་



ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འཆད་དེ་རི་ན་སྤྱད་པ་སྤྱད་པ་ཀྱང་  
དེ་ལྟར་བཤད་དོ། །ཕྱོགས་འདི་ལ་ནི་སོ་ཐར་གྱི་པམ་པ་བྱང་བ་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
སྒྲིམ་པ་སྒྱེ་མི་སྒྱེ་དེས་ན་ལན་དཀའ་བར་མཐོང་ངོ་། །རང་གི་ཕྱོགས་ནི་སྤར་བྱངས་  
པའི་ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་བ་ལ་པམ་པ་བྱང་ན་དེའི་  
ཚུལ་ཁྱིམ་སྡོངས་སྤྱད་པ་ཀྱང་གསུགས་པའི་རྒྱ་མཆན་དུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་བས་ཉན་  
མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་མགོ་དང་གོས་ལ་མེ་འབར་བ་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཅོས་སྤྱད་པའོ་ཞེས་  
གསུངས་པ་དང་། ཐམས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། བྱང་པོ་འདིས་སྤྱད་ན་ལས་  
འདའ་བར་བྱ་ན་ནི་བདག་གི་སེམས་སྡོངས་སྤྱད་པ་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་གྱིས་  
ཞེས་སྤར་བྱངས་པ་ལྟར་འཆད་དགོས་པར་མཐོང་ངོ་། །

དེ་ཡང་སྤྱིར་སོ་ཐར་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀའི་རྟེན་ལ་ཡོད་པས་སོ་ཐར་ལ་  
ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་སྤྱད་ཡོད་ཀྱང་སོ་ཐར་གྱི་བཅས་པ་གང་ལ་མཛད་པའི་གདུལ་  
བྱའི་གཙོ་བོ་ནི་ཐེག་དམན་གྱི་གང་ཟག་གོ། ཐེག་དམན་གྱིས་ནི་ཆེ་དེ་ལ་དབྱེ་བཅོམ་  
ཐོབ་པར་བྱས་མི་བྱས་གང་ཡིན་ཡང་ཆེ་དེ་ལ་ཟག་པ་ཟད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བསམ་  
པའི་གོ་ཆ་ཆེན་པོ་བགོས་ནས་མགོ་འཕྲོ་གོས་ལ་མེ་ཤོར་བ་གསོད་པ་ལ་བཙོན་པ་ལྟ་  
བྱའི་ཉན་མོངས་སྒྲོང་བའི་བཙོན་འགྱུས་རྩོམ་དགོས་སོ། །དེས་ན་སྒྲིམ་པ་ལེན་པ་ཡང་  
ཆེ་དེ་ལ་ཟག་པ་ཟད་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པ་ལ། གལ་ཏེ་པམ་པ་འཆབ་བཅས་བྱང་  
ན་དེས་སྒྱེ་བ་དེ་ལ་ཟག་པ་ཟད་པ་འཐོབ་མི་སྤིད་པར་བྱེད་པས་སྒྲིམ་པ་སྒྲངས་པའི་  
དགོས་པའི་གཙོ་བོ་གཏན་ལྡན་གྱི་ལ། བྱང་སེམས་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་དབང་

དུ་བྱས་པའི་ཅ་ལྟར་བྱང་ཡང་སྒོམ་པ་མཛོས་པའི་དགོས་པའི་གཙུག་པོ་མི་ལྟོག་པ་ནི་  
ཕྱིར་བཙོས་སུ་བྱང་མི་བྱང་གི་རྒྱ་མཚན་དུ་གཟུང་སྟེ། སྤར་བྱངས་པ་ལྟར་མདོ་  
གཉིས་དཔང་དུ་བྱར་པའི་ཕྱིར་དང་། །འདུལ་བ་མདོ་ཡི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་།  
སྒོམ་པ་སྤངས་པ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ན་པམ་པ་བྱང་བ་དེས་རྣམ་གྲོལ་ཐག་  
རིང་དུ་བསྐངས་པས་ཡོད་ཀྱང་མེད་པ་དང་འདྲ་བར་གསུངས་སོ། །

ལྷ་པ་གཏོང་བའི་རྒྱ་ནི། མདོར་བསྐྱུན་རྒྱ་གཉིས་ཁོན་ས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒོམ་  
པ་སྤངས་པ་གཏོང་སྟེ་རྒྱ་སྤངས་བྱང་དུ་སྒོན་པ་བཏང་བ་དང་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་  
ཆོས་ཀྱན་དགེས་ཆེན་པོས་སྤྱད་པའོ། །ཁོན་བསྐྱུ་བ་ལས་དེ་གཏོང་བའི་མདོར་ན་རྒྱ་  
བཞིས་འགྱུར་ཏེ་ཡང་དག་པར་ལེན་པའི་སེམས་ཀྱིས་མི་འདྲ་བར་དེས་པའི་སེམས་  
སྤྱད་པར་བྱེད་པ་དང་མི་བརྟེན་པའི་བྱང་དུ་འབྲུལ་བ་དང་ལྟན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་དཔར་  
བྱེད་པ་དང་། པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་པོ་དེ་དག་ལས་ཐམས་ཅད་དམ་རེ་  
རེའི་ཉེས་པ་འབྱེན་པ་དང་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་དམ་རེ་རེ་  
ལ་ཀྱན་ནས་དགེས་པ་ཆེན་པོའི་ཉེས་པ་འབྱེན་པར་བྱེད་ན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔས་  
སྒོམ་པ་བཏང་པར་བརྟེན་པར་བྱའོ། །ཞེས་བཞིར་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་གཞན་  
ཡང་གཏོང་རྒྱ་ཕྱི་མ་གཉིས་སོ་སོར་བབྱང་རྒྱུ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱེད་ན། དེ་ལ་བྱང་སར་  
གཉིས་བཞད་པ་དང་དེའི་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱངས་དེ་ལས་མང་བར་  
བཞད་པ་གཉིས་མི་འགལ་ཏེ་ཅ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །གཏོང་རྒྱ་  
དང་པོ་ནི་སེམས་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་ཞེས་པ་སྟེ་ཐེག་དམན་དུ་སེམས་བསྤྱད་པའོ། །དེ་  
ཡང་སྤར་སྒོམ་པ་ལེན་པ་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་

སེམས་ཀྱིས་སྒྲངས་པའི་སེམས་དེ་དང་མི་འདྲ་བར་“ངེས”པ་སྟེ་མི་མཐུན་པའི་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་སྟོན་སེམས་བཏང་བའོ། །གཏོང་རྒྱ་གཉིས་པ་ནི་མི་དོན་གོ་བའི་  
བྱང་དུ་བསྐྱབ་པ་འབྱུང་བའི་ཆོག་བརྗོད་ནས་པ་རོལ་པོས་གོ་བའོ། །འདི་སོ་ཐར་གྱིས་  
སྟོམ་པ་འབྱུང་བ་དང་མི་འདྲ་སྟེ་དེ་ལ་ནི་སྤང་བར་མ་ཁུས་པ་ན་སྤུལ་བས་སྟོམ་པ་  
རྗེས་སུ་འབྱུག་པའི་བསོད་ནམས་ཆད་པ་ཡིན་གྱི་སྤུལ་བ་རང་གི་རོ་ཐོ་ནས་སྟེག་  
ཆེན་པོ་མི་སྤྱེད་ལ། འདི་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་སྤུལ་ན་ནི་སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་  
པའི་ཕན་བདེ་སྐྱབ་པར་ཁས་སྒྲངས་ནས་སྟོམ་པ་གཟུང་བ་བཅད་པས་ངན་འཁོར་ལྟར་  
ནས་ཡུན་རིང་དུ་འབྱུང་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་བདེ་བ་བཞིག་པ་ལ་ཡང་  
ངན་འཁོར་འཁོར་དགོས་ན་སྤུལ་ཅན་མཐའ་དག་གི་བདེ་བ་བཞིག་ན་སྟོམ་སུ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོཞེས་རྒྱ་མཚན་དུ་མས་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྟོད་འབྱུག་ལས། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་ནས། །ལས་ཀྱིས་  
སྐྱབ་པ་མ་བྱས་ན། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀུན་བསྐྱས་ནས། །བདག་གི་འགྲོ་བ་རྗེ་འདྲར་  
འཁྱུར། །དངོས་པོ་པལ་པ་རྩང་བད་ལ། །ཡིད་ཀྱིས་སྦྱིན་པར་བསམ་བྱས་ནས། །མི་  
གང་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་པ། །དེ་ཡང་ཡི་དྲགས་འཁྱུར་གསུངས་ན། །སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་  
བ་ལ། །བསམ་པ་ཐག་པས་མགྲོན་གཉིར་ནས། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་བྱས་  
ན། །བདེ་འཁོར་ཅི་ག་འགྲོ་འཁྱུར་རེ། །ཞེས་དང་། གང་གཞན་སྐྱད་ཅིག་འདི་ཡི་  
ནི། །བསོད་ནམས་བར་ཆད་གོགས་བྱེད་པ། །སེམས་ཅན་དོན་ལ་དམན་གྱུར་  
པས། །དེ་ཡི་ངན་འགྲོ་ལྷ་མཐའ་མེད། །སེམས་ཅན་གཅིག་གི་བདེ་བ་ཡང་། །བཞིག་

ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ན། །ནམ་མཁའ་མ་ལུས་མཐའ་གྲས་པའི། །ལུས་ཅན་བདེ་  
བཞིག་སྒོམ་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་རྣམས་ནི་སྒོམ་  
སེམས་བཏང་བ་དང་དེ་མ་བཏང་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིད་པའི་ཁུར་ཁྱེར་བའི་ཡི་དམ་  
བཏང་བ་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དབྱེ་དུ་མི་རུང་ངོ། །དེའི་  
ཕྱིར་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་སྒྲུབ་དགོས་ཏེ་གཞན་དུ་ན་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
པར་བསྐབ་བརྟུས་སུ་མདོ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གཏོང་རྒྱ་  
གསུམ་པ་ནི་ཉེས་པ་བཞི་ག་ཆོགས་པ་འཕམ་རེ་རེའི་ཉེས་པ་གང་རུང་ལ་བཤད་ཅིང་  
གཏོང་རྒྱ་བཞི་པ་དེ་གཉིས་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོས་སྤྱད་པ་ལ་གསུངས་ཀྱང་ཀུན་  
དགྱིས་ཆེན་པོ་མ་ཆང་ན་པམ་པའི་སྤྲེ་ཆན་དུ་གཏོགས་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་གྱི་པམ་  
པར་དངོས་སུ་མི་འགྱུར་བས་སྒོམ་པ་གཏོང་བའི་ལྷུང་བ་མིན་ལ་གཏོང་རྒྱ་བཞི་པ་  
བྱུང་ན་གསུམ་པར་གསུངས་པ་ཡང་འབྱུང་བར་སྤང་ངོ། །དེས་ན་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་  
པོས་སྤྱད་པའི་ཉེས་པ་རེ་རེ་དང་གཉིས་མན་ཆད་ཆོགས་པ་གཉིས་ནི་གཏོང་རྒྱ་ཕྱི་མ་  
གཉིས་ཏེ། །གཞུང་འདིར་གསུངས་པའི་གཏོང་རྒྱ་གཉིས་པ་ལ་གཉིས་སུ་བྱེ་བའོ། །བཞི་  
པོ་ཐམས་ཅད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་གཉིས་མན་ཆད་ཆོགས་པའི་ཕྱོགས་ཙམ་མཆོན་  
བྱེད་དོ། །བྱང་སེམས་སྒོམ་ལྟན་གྱི་སྒོམ་སེམས་ཀྱང་མ་བཏང་ཞིང་བསྐབ་བ་མ་ལུམ་  
ལ་པམ་པའི་གནས་ཀྱི་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་པོ་མ་སྤྱད་ན་ཆེ་འཕོས་ཀྱང་འོག་དང་སྟེང་དང་  
ཐད་ཀ་རྣམས་སུ་སྒྲེས་པ་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒོམ་པ་མི་གཏོང་ངོ། །“ཆེ་”འཕོས་པའི་  
“ཆེ་”འབྲིན་ན་ཡང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་ནས་བླན་པ་གསོ་བའི་ཕྱིར་ནོད་

༡ ཆེ

༢ ཆེ

པར་ཟད་ཀྱི་གསར་དུ་ལེན་པ་ནི་མིན་ནོ། །དེ་ལ་སྟེང་ནི་ལྟ་དང་ཟད་ཀ་ནི་མི་དང་འོག་  
ནི་དན་སོང་སྟེ་དེར་སྟོན་ལམ་མཐ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ནམ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྦྱེས་  
པ་ལ་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །སྦྱེ་བ་གཞན་དུ་ཡང་བྱང་སེམས་དང་མི་  
འཆོམ་པའི་ལས་ལ་མི་འཇུག་པར་ངོ་ན་སྟེ་ཉ་དང་ས་སྟེ་བྲས་འཆད་དེ་སྟོམ་པ་གནས་  
པའི་མ་ཕྱོད། །གཉིས་པ་ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་ལ་གཉིས་ལས། སྦྱིར་བསྟན་པ་ནི། བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ལ་གནས་པ་ལ་ཉེས་པ་དང་བཅས་མ་བཅས་དང་ཉེས་པ་དང་  
བཅས་པ་ལ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་དང་ཉེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆུང་དུ་དང་  
འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ཡང་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ལྟར་བར་འགྱུར་མི་  
འགྱུར་དང་ལྟར་བ་ལ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་ནི་ཉེས་བྱས་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སྟེ་  
སྟོན་ལ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་ནི་སྐབས་འོག་མར་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཉེས་བྱས་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དག་བའི་ཆོས་སྟུང་ཕྱིན་དུག་གི་མི་  
མ་ཕྱུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་དག་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་མི་མ་ཕྱུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་དུག་སྦྱིན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། བཟོད་པ་དང་། བཙོན་འགྲུས་  
དང་། བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་མི་མ་ཕྱུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལྟ་  
ལས། ཟང་ཟེང་གི་སྦྱིན་པའི་གཙོ་བོ་ཉམས་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསུམ་མི་  
མཆོད། ཅེས་པ་སྟེ་སྐབས་སྟེ་སོང་བ་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་  
པས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མཆོད་པ་དང་རིམ་གྱོ་མི་བྱར་མི་རུང་  
བས་དེ་མི་བྱེད་པའི་ཉེས་པའོ། །འདི་ལ་གསུམ་ལས་མཆོད་པའི་ཡུལ་སངས་རྒྱས་ནི།

༡ ཉམ

༢ ཉམ

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའམ་དེའི་མཆོད་རྟེན་ནོ། །ཆོས་ནི་ཆོས་སམ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲེགས་  
བམ་དུ་བྱས་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྟོན་དམ་སྡེ་སྟོན་དེའི་མ་མོའོ། །དག་  
འདུན་ནི་དག་འདུན་ལ་ཡང་རུང་སྟེ་སྟོགས་བཅུ་དག་ན་ས་ཆེན་པོར་རྩད་པའི་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་དག་འདུན་ནོ། །དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་དངོས་ཡིན་ལ་མཆོད་རྟེན་  
ནི་སྦྱེའི་གཟུགས་བརྟན་ནོ། །ཆོས་ནི་རྟོགས་པའི་ཆོས་འགོག་ལམ་དང་སྒྲེགས་བམ་  
དུ་བྱས་པ་ནི་ལུང་གི་ཆོས་ཏེ་དེ་ཡང་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་གཉིས་སོ། །བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྡེ་སྟོན་ཅེས་གསུངས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དགོས་སོ། །དག་འདུན་  
ནི་དག་འདུན་ཞེས་པས་བསྟན་པའི་དོན་ས་ཆེན་པོར་རྩད་པར་བཤད་པས་ན་བྱང་  
སེམས་འཕགས་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའམ་ཞེས་པས་ནི་དེ་དང་མཆོད་རྟེན་  
གཉིས་གང་རུང་གིས་ཆོག་པར་སྟོན་ལ། ཆོས་སམ་ཞེས་པས་ནི་ལུང་རྟོགས་གཉིས་  
གང་རུང་དང་། སྡེ་སྟོན་དམ་ཞེས་པས་ནི་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་གཉིས་གང་རུང་  
གིས་ཆོག་པར་སྟོན་ནོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ནམ་ཞེས་པ་དང་སྡེ་སྟོན་  
ཀྱི་མ་མོའམ་དག་འདུན་ལ་ཡང་རུང་སྟེ་ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མཆོད་ལུལ་གསུམ་  
གང་རུང་ལ་མཆོད་པ་བྱུང་ན་ཡང་མཆོད་པའི་མ་མཐའ་བྱས་པས་ཉེས་བྱས་ཞིགས་  
པར་སྟོན་པའོ། །

མཆོད་པའི་དངོས་པོ་ནི། ལུལ་དེ་དག་ལ་མཆོད་པའི་བྱ་བ་རྩད་དུ་འཕམ་ཆེན་  
པོ་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ་ཐ་ན་ལུས་ཀྱིས་ཕྱག་གཅིག་ཙམ་འཆལ་བ་དང་ཐ་ན་དག་གིས་ལུལ་  
གསུམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་ཆོག་བཞི་བ་གཅིག་ཙམ་བརྗོད་པ་དང་ཐ་ན་  
སེམས་ཀྱིས་ལུལ་གསུམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་དད་པ་གཅིག་ཙམ་

བྱེད་པའོ། །འདི་གསུམ་ལ་ཡུལ་ལ་གསུངས་པ་ལྟར་གདམ་ང་ཅན་གྱི་སྤྱེ་མེད་པས་  
དགོན་མཆོག་གསུམ་གང་རུང་གཅིག་ལ་ཡང་གསུམ་ག་བྱ་དགོས་སོ། །འབྲེལ་པ་  
གསར་མ་ལས། ཅི་འབྱོར་བའི་མེ་ཉླ་ལ་སོགས་པས་མཆོད་པར་བྱ་སྟེ་ཐ་ན་ལུས་  
ཀྱིས་བྱལ་གཅིག་ཅུ་འཆའ་བ་དང་། ཞེས་བཤད་པ་དང་ས་སྤྱ་བས་ཀྱང་། ཉིན་ཀྱང་  
རུང་མཆོན་ཀྱང་རུང་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་མཆོད་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་མ་རུས་ན་  
ཆུང་”བྱ་ན”ལུས་ཀྱིས་བྱལ་བྱ་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་པས་མེ་ཉླ་སོགས་ཀྱིས་  
མཆོད་ན་ཡང་ཉེས་བྱས་འགོགས་རུས་སོ། །དུས་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་མཆོད་པ་དེ་མ་བྱས་  
པར་ཉིན་ཞག་གཅིག་འདས་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྤྱེད་པས་ཉེས་པ་དང་བཅས་པ་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་འགལ་བས་འགལ་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །

འདིར་བསམ་པ་དག་པའི་སར་ཆུད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དེ་དཔེར་ན་དགེ་སྤོང་  
གིས་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་པ་དང་  
ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་ཅིང་མཆོད་པ་དམ་པས་མཆོད་པ་བྱེད་པ་  
ལྟ་བུའི་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། བསམ་པ་དག་པའི་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཐོབ་པས་མཆོད་  
པ་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པར་སྟོན་པ་མིན་གྱི། ས་དེ་ཐོབ་པ་རྟག་ཏུ་དགོན་མཆོག་  
མཆོད་པ་དང་མི་འབྲལ་བས་ཉེས་བྱས་འདི་དེ་ལ་མི་འབྲུང་བར་སྟོན་པའོ། །ལྟར་བ་དེ་  
ཡང་བསྐབ་པ་ལ་མི་གྲུས་པ་དང་དད་པ་མེད་པའི་སྟོམ་ལས་དང་ཉེས་པ་ལ་སྤྱོ་བའི་ལེ་  
ལོས་བྱས་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་ལ་བརྗེད་པས་བྱས་ན་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་  
པའོ། །འབྲེལ་པ་གསར་མར། ཆགས་པ་ཁོང་ཁྱོང་རྒྱལ་སོགས། ཉོན་མོངས་ལྟར་

၇      ဃ



ཐེས་སུ་མི་མཐུན་པ་ལ་གཉིས་ལས། དུལ་གྱི་ཁྱད་པར་དང་འབྲེལ་བ་ནི། ཀན་པ་  
ནཱ་ས་ལ་གྲུས་མི་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རང་ལས་སྒྲིམ་པའི་སྒྲོ་  
ནས་ཆེས་ཀན་ཞིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
གསོང་པོར་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་འོས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་བཀྱར་སྟེ་བྱ་བར་འོས་པ་རང་  
དང་ཆོས་མཐུན་པ་མཐོང་ན་ལངས་ཤིང་སྟན་མི་སྟོབ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། ། དུལ་གྱི་སྤྱི་  
དང་འབྲེལ་བ་ནི། བྱིས་པ་ལ་ནི་ལན་མི་འདེབས། ཞེས་པ་སྟེ་པ་རོལ་པོས་དགའ་བར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་རང་ལ་གསོང་པོར་སྤྱོད་ཞིང་ནད་འདྲི་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ཀྱན་ཏུ་སྤྱོད་པ་  
ཡང་དག་པར་དགའ་བར་བྱེད་ཅིང་སྤྱོད་པ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བྱེ་བྲག་འདྲི་བ་ལ་  
རིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལན་མི་བརྗོད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། ། རིགས་པའི་ཚུལ་ནི་འབྲེལ་བ་  
ཁ་ཅིག་ལས་ལན་བཏབ་པ་ལས་རྟེན་པ་འདོད་པ་སོགས་མེད་པར་འཆད་མོད་ཀྱང་  
འབྲེལ་བ་གསར་མས་ཐེས་སུ་མཐུན་པའི་ལན་ལ་བཤད་པ་ལགས་སོ། ། དུལ་དེ་  
གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་ཉེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི།  
རང་ཉིད་ནད་ཆ་བས་ཆེ་བ་དང་གཉིད་ལོག་པ་ན་གཞན་གྱིས་སང་པའི་འདུ་ཤེས་གྱིས་  
སྤྱོད་པ་སོགས་བྱེད་པ་ལ་ལན་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །

གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལྟངས་མེད་པ་ནི། རང་གིས་གཞན་ལ་ཆོས་སྟོན་  
པའམ་གཞན་དང་ཆོས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་བྱེད་པ་དང་། དུལ་གཉིས་པོ་དེ་ལས་གཞན་  
པའི་གང་ཟག་སྤྱོད་པ་སོགས་གྱིས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་དུས་དང་། གཞན་གྱིས་རང་ལ་  
ཆོས་སྟོན་པ་ཉན་པའམ་གཞན་འབེལ་གཏམ་བྱེད་པ་ལ་ན་ལྷགས་ཏེ་ཉན་པའི་དུས་ཏེ་  
གསུམ་མོ། ། དགོས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། ལངས་པ་སོགས་བྱས་ན་གཞན་

ཚེས་ཉེན་པའི་བར་ཆད་དུ་སོང་ནས་གཞན་མི་དགའ་བར་འགྱུར་བ་བསྐྱང་བ་དང་།  
 ཚེས་སྤྱི་བར་མི་དགའ་བར་འགྱུར་གྱི་དོགས་ནས་དེའི་སེམས་སྤང་བ་དང་། མི་ལངས་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་དེས་དེ་དག་མི་དགེ་བ་ལས་བསྐྱང་སྟེ་དགེ་བའི་གནས་ལ་  
 འགོད་པ་དང་། བྱག་མི་བྱ་བ་དང་མི་སྤྱི་བ་སོགས་ཀྱི་ནང་ཁྲིམས་དགེ་འདུན་གྱིས་  
 བྱས་པ་བསྐྱང་བ་དང་། གྲུས་པ་དང་སྤྱི་བ་སོགས་བྱས་ན་རང་ལ་སྦྱེ་བོ་མང་པོ་ཀུན་  
 ནས་མནར་སེམས་སྦྱེ་བ་བསྐྱང་བ་སྟེ་ལྷོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་དུ་ལྟང་བར་འགྱུར་  
 བ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནི། ང་རྒྱལ་དང་གཞོན་པ་བྱ་བར་འདོད་པའི་ཀུན་ནས་མནར་  
 སེམས་དང་སེམས་འབྱུག་པའི་ཁོང་ཁྲོ་བས་ལྡང་བ་སོགས་མི་བྱེད་པའོ། །ཉོན་མོངས་  
 ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་སྟོམ་ལས་དང་ལེ་ལོ་དང་ལུང་མ་བསྟན་དང་བརྟེན་ངས་གྱིས་ཀུན་  
 ནས་བསྐྱང་བའོ། །ཉེས་བྱས་དེ་གཉིས་ནི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱིས་  
 གཞན་གྱི་སེམས་བསྐྱང་བ་ལས་ཉམས་སུ་འབྲེལ་བ་གསར་མས་བཤད་དོ། །བཞི་  
 བ་གཞན་གྱི་སྤྱི་ན་པའི་རྒྱུན་མི་བྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། མཐོན་དུ་བོས་པ་ཁས་མི་ལེན་  
 པ་ནི། མཐོན་བོས་བདག་གིར་མི་བྱེད་ཅིང་། ཞེས་པ་སྟེ་གཞན་དག་རབ་བྱུང་གི་གང་  
 ཟག་གི་ཁྲིམ་མམ་དགེ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ངམ་ཁྲིམ་པའི་ཁྲིམ་དུ་ཟས་སྒྲོམ་  
 དང་གོས་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་ལ་མཐོན་དུ་བོས་པ་ལས་ང་རྒྱལ་ཀུན་ནས་མནར་  
 སེམས་ཁོང་ཁྲོས་བོས་པ་བདག་གིར་མི་བྱེད་ཅིང་མི་འཐོན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་  
 བྱས་སོ། །སྟོམ་ལས་དང་ལེ་ལོའི་དབང་གིས་མི་འཐོན་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་  
 ཉེས་པའོ། །མ་སོང་ཡང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་ཉེན་གྱི་སྒྲོན་ནས་ནི། ན་སྟེ་མི་རྒྱས་པ་དང་  
 སྤང་གཞན་ལ་ཁས་སྤངས་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །ལམ་གྱི་སྒྲོན་ནས་ནི། ལམ་ཐག་རིང་ཞིང་

བདེ་སྒྲག་ཏུ་བགྲོད་མི་རྒྱས་པའི་ཡུལ་འཛད་མ་རིང་དང་ལམ་ན་དག་དང་གདུག་པ་  
དང་གཞོད་པ་མང་བའི་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ་གཉིས་མོ། །སྦྱིན་བདག་གི་སྒྲོ་  
ནས་ནི་མཐོ་འཆམ་པའི་བསམ་པས་སོས་པའོ། །

དགོས་པའི་སྒྲོ་ནས་ནི། མ་སོང་བའི་ཐབས་དེས་སྤར་བསྟན་པ་ལྟར་འདུལ་  
འདོད་པ་དང་རྒྱན་ཏུ་དགོ་ཕྱོགས་ལ་བཙོན་ཏེ་དེའི་བར་ཆད་བསྐྱར་བ་དང་། སྒྲོ་མ་  
ཐོས་པའི་དོན་ལྟན་གྱི་ཆོས་མཉན་པ་ལས་ཉམས་སྲུང་གསུང་བ་དང་། སྒྲོ་མ་ཐོས་པའི་  
འབེལ་བའི་གཏམ་དེ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཆེས་མང་བའི་མནར་སེམས་སྐྱར་བ་དང་ལྟར་  
བཟེད་ཁས་ལུབ་པ་སོགས་ཀྱི་དགོ་འདུན་གྱི་ནང་ཁྲིམས་སྐྱར་བ་སྟེ་དུག་གོ། །ཡོ་བྱང་  
བསྟན་པས་མི་ལེན་པ་ནི། གསེར་ལ་སོགས་པ་ལེན་མི་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ་སྦྱིན་བདག་  
གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་ལས་གསེར་དཔུལ་སྤྱི་ཉིག་བྱེད་པ་སོགས་པ་ནོར་གྱི་རྣམ་  
གྲངས་སྒྲ་ཆོགས་པ་རྣམས་འཐོབ་ཅིང་ནན་གྱིས་སྦྱིན་པའི་དུས་ཀྱིས་བསྟན་པ་  
ལས་མནར་སེམས་དང་ཁོང་ཁྲོས་མི་ལེན་ཁོང་སྤོང་ན་སེམས་ཅན་ཡལ་བར་འདོར་  
བའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། སྒྲོ་མ་ལས་དང་ལེ་ལོས་མི་ལེན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་  
ཡིན་པའི་ཉེས་པའོ། །འོག་མ་རྣམས་སྲུང་མིགས་བསལ་མེད་པའི་སེམས་གཉིས་  
ཞེས་འབྱུང་བ་རྣམས་སེམས་ཆེན་པོ་གཉིས་པོ་འདི་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །མ་སྐྱངས་ཀྱང་  
ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་རང་གི་ངོས་ནས་ནི། དངོས་པོ་དེ་སྐྱངས་པས་རང་གི་སེམས་  
ཆགས་པར་འགྱུར་བར་མཐོང་བའོ། །སྦྱིན་བདག་གི་ངོས་ནས་ནི་བྱིན་པའི་རྗེས་སུ་  
འགྲོད་དོགས་པ་དང་། རང་དང་གཞན་ནོར་དུ་དོགས་པ་དང་། ཡོ་བྱང་བཟུང་བ་  
ཐམས་ཅད་བཏང་བས་སྦྱིན་བདག་དཔུལ་བོར་སོང་དོགས་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །རྗེས་

ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ནི་དག་འདུན་ནས་མཆོད་རྟེན་ལ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་པར་དོགས་པ་དང་།  
གཞན་ལས་མི་རིགས་པས་སྒོགས་པ་དང་། དེ་ལས་ཉེས་དམིགས་འབྱུང་བར་དོགས་  
པ་སྟེ་གཉིས་སོ། ཉེས་དམིགས་ནི་དེ་གསོད་བཤམ་འཆིང་བཤམ་ཆད་པས་བཅད་  
བཤམ་མིག་འབྱིན་པ་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པར་འབྱུར་བཤམ་སྒྲུགས་པའི་སྦྱད་པར་  
འབྱུར་བའོ། དེ་དག་ནི་རྩི་ན་སྤྱ་ཐངས་པའི་ཉེས་དམིགས་སྤྱ་བཤད་ལ་ས་སྤྱ་  
ཐངས་འཕྲོག་མཁན་ལ་ཉེས་དམིགས་དེ་དག་འབྱུང་བར་མཐོང་ནས་མི་ལེན་པ་ལ་  
འཆད་དོ། ཉེས་བྱས་དེ་གཉིས་ནི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་  
གྲོགས་སྤྱ་འགྲོ་བ་ལས་ཉམས་པར་འགྲེལ་བ་གསར་མས་བཤད་དོ། །ལྷ་པ་ཆོས་ཀྱི་  
སྦྱིན་པ་དང་འགལ་བ་ནི། ཆོས་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད་ཅེས་པ་སྟེ་གཞན་ཆོས་འདོད་  
པ་ནམས་ལ་སེམས་གཉིས་སམ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲག་དོག་ཅན་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ་དེ་  
དག་གི་དབང་གིས་ཆོས་མི་སྦྱིན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །སེམས་གཞན་གྱིས་ནི་ཉོན་  
མོགས་ཅན་མིན་པའོ། །མ་བྱིན་ཀྱང་ལྟར་བ་མེད་པ་ལ་རྟེན་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ནི། ནད་ཆ་བས་  
ཆེ་བ་དང་ཆོས་མི་ཤེས་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །དགོས་པའི་སྒྲོ་ནས་ནི་ཆོས་མི་སྦྱིན་པའི་  
ཐབས་དེས་སྤར་བསྟན་པ་ལྟར་འདུལ་འདོད་པ་སྟེ་གཅིག་གོ། །གཏུལ་བྱའི་སྒྲོ་ནས་ནི་  
སྦྱོད་དང་མི་ལྟན་པ་སྟེ་སྤྱ་སྟེགས་ཅན་སྒྲགས་ཆོལ་བ་དང་སེམས་མ་གྲུས་ཤིང་དག་  
གིས་ཞེ་ས་མེད་ལ་ལུས་ཀྱི་སྦྱོད་ལམ་ངན་པས་ནོད་པ་དང་དབང་པོ་མ་སྦྱིན་པའི་  
དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་ཆོས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྟན་པ་ཐོས་པ་ན་དཀའ་བར་འཛིན་པས་སྤྲག་ཅིང་  
ཡིད་མི་ཆེས་པས་ལོག་པར་ལྟ་བ་དང་ལེགས་པར་བརྟན་སྤྱད་ཀྱང་མི་ཉན་པས་ལོག་

པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། གཞི་དེ་ལས་བསོད་ནམས་མིན་པ་མང་དུ་སྐྱེ་བས་  
གནོད་པ་དང་དེ་ལས་ངན་སོང་དུ་འགྱོ་བའི་ཉམས་པར་འགྱུར་དུ་དོགས་པ་དང་གང་  
ཟག་དེའི་ལག་ཏུ་སོང་ན་གཞན་སྟོད་མིན་ལ་འཕེལ་དུ་དོགས་པ་སྟེ་བཞིའོ། །དེ་ལ་དང་  
སོས་ནི་སྒྲན་ཀ་“ཆོལ་”བ་གཞན་ཡང་མཆོན་ལ་གཉིས་པ་ལ་ནི་མ་གྲུས་པ་སོགས་  
རེ་རེས་ཀྱང་ཆོག་ཅིང་གསུམ་པ་ལ་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆང་མི་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་  
ན་ཉེས་བྱས་གཉིས་པ་ནི་མི་བྱ་རྒྱ་བྱས་པའི་ཉེས་པ་དང་གཞན་བྱུག་བྱ་རྒྱ་མ་བྱས་  
པའི་ཉེས་པ་ཡིན་ལ་ཉེས་བྱས་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ཡུལ་དང་དུས་དང་གྲོགས་ལ་སོགས་  
པའི་དབང་གིས་གང་འབྱུང་ཉེ་བ་རྣམས་ཟུར་དུ་བཀར་ཉེ་སྟོན་སེམས་མང་དུ་བཏང་  
དགོས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཉེས་བྱས་འདི་དག་བ་སྐྱེད་པ་དང་  
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ལས་ཉམས་པར་“འགྲེལ་”བ་གསར་མས་བཤད་  
དོ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་གསུམ་གཞན་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་དང་  
འགལ་བ། རང་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་དང་འགལ་བ། གཉིས་ཀ་ཆ་མཉམ་པ་དང་འགལ་  
བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། གཞན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བ་དངོས་  
དང་། སོ་ཐར་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་བཅས་པ་ལ་སྟོབ་པའི་བྱད་པར་བསྟན་བའོ། །དང་པོ་  
ལ་གསུམ་ལས། ལྷག་པར་བཅེ་བའི་ཡུལ་འདོར་བ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་རྣམས་  
ཡལ་བར་འདོར་ཞེས་པ་སྟེ། སེམས་ཅན་མ་རུངས་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་  
རྣམས་དེ་གཉིས་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་ཡལ་བར་འདོར་

༡ ཆོལ་

༢ འགལ་

རམ་ཁྱད་དུ་གསོད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ལོ། །སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ཡལ་བར་བོར་  
 བ་དང་བཟེད་པས་ཁྱད་དུ་གསོད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་  
 བྱང་སེམས་ནི་མ་རྩུངས་པ་དང་རྩུལ་གྱིས་སེམས་འཆལ་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་  
 གནས་པ་རྣམས་ལ་སྦྱང་བཅེ་ཞིང་བྱེད་འདོད་པས་གནས་པ་ལྟར་རྩུལ་གྱིས་སེམས་དང་  
 ལྷན་ཞིང་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་སྦྱོད་པ་ཞི་བ་ལ་ནི་དེ་ལྟ་མིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་མ་རྩུངས་པ་  
 ནི་མཚམས་མེད་བྱེད་པ་སོགས་སོ། །རྩུལ་གྱིས་སེམས་འཆལ་བ་ནི་རྩ་ལྟར་བྱུང་བའོ། །ས་  
 ལྷ་བྱས་ཞེ་སྤང་ཅན་དང་བསྐྱབ་པ་ལ་གཡེལ་བ་ལ་འཆད་དོ། །ཡལ་བར་བོར་ཡང་ལྟར་  
 བ་མེད་པ་ལ་དགོས་པའི་སྒྲོ་ནས། ཐབས་དེས་འདུལ་བ་དང་གཞན་མང་པོའི་སེམས་  
 ལྷང་བ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་གིས་སེམས་བསྐྱུང་བ་སྟེ་གསུམ་སོ། །བཅས་པ་སྤྱན་མོང་བ་  
 ལ་མི་སྒྲོ་བ་པ་ནི། བ་རོལ་དང་བྱིར་སྒྲོ་བ་མི་བྱེད། ཅས་པ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་གཞན་  
 ཀྱི་སེམས་བསྐྱུང་བའི་བྱིར་བཙོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རྩ་བའི་ལུང་སོ་སོར་ཐར་བ་དང་  
 དེ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བའི་རྣམ་འབྱེད་ལ་སོགས་པའི་འདུལ་བར་བསྐྱབ་པ་བཅས་པའི་  
 བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རང་བཞིན་ལས་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་  
 འབྲ་བར་སྒྲོ་བ་གྱི་དེ་དག་དང་ཐ་དད་པའི་མི་མ་སྤྱན་པར་མི་བྱེད་དེ། ཇི་ལྟར་ཉན་ཐོས་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོང་བ་དེ་ལྟར་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲོང་བ་ཡིན་ལོ། །

གཞན་གྱི་སེམས་བསྐྱུང་བ་ནི་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྲུལ་མ་དད་པ་རྣམས་དང་  
 བར་བྱ་བ་དང་སྤྲུལ་ནས་དད་པ་རྣམས་དང་བྱིར་ཡང་འཕེལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་  
 བཅས་པ་ཆང་མི་འཕྱང་བ་དང་དུས་མིན་པའི་ཁ་ཟས་སྒྲོང་བ་སོགས་དང་ས་ཀློ་བ་དང་  
 མེ་ལ་རེག་པ་སོགས་སོ། །དེ་དག་ལ་ཉན་ཐོས་ལྟར་བསྐྱབ་དགོས་པ་ལས་མ་བསྐྱབས་

ན་སོ་ཐར་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་འབྱུང་བར་མ་ཟད་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དང་  
འགལ་བའི་“ཉེས” གྲས་ཤིག་ཀྱང་འབྱུང་དོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཉན་ཐོས་རང་གི་དོན་  
ཅམ་ལྟར་ལེན་པ་ཡང་གཞན་གྱི་ཡིད་སྤྱང་བའི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ན་བྱང་སེམས་  
གཞན་དོན་ལྟར་ལེན་པ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལ་ཡང་མ་དད་ཅིང་མ་  
གྲུས་པས་མི་སྒྲོབ་ན་ཉན་ཐོས་ཅན་དང་ལེ་ལོ་ལ་སོགས་པས་མི་སྒྲོབ་ན་ཉན་ཐོས་  
ཅན་མིན་པ་འོ། །ཞེས་འབྲེལ་བ་གསུང་མས་བཤད་དོ། །ཉེས་གྲས་འདི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་བྱིན་པ་དང་རབ་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་འབྲེལ་བ་གསུང་  
མར་རབ་བྱུང་གི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་བཟུང་སྟེ་འོན་ཀྱང་བྱང་  
སེམས་བྱིན་པ་ལ་ཡང་སོ་ཐར་དང་ཐུན་མོང་བའི་བཅས་རྒྱུ་མང་སོ་སྣང་དོ། །

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་སྒྲོབ་པ་ནི། སེམས་ཅན་དོན་ལ་བྱ་བ་རྒྱུང་ཞེས་པ་སྟེ།  
སྟོན་པས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་དོན་དང་བྱ་བ་ཉུང་བ་དང་སྤྱིང་ལས་རྒྱུང་དུར་གནས་  
པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཅས་པ་གོས་ཞག་བཅུ་དང་སྤུམ་ཅུ་ལས་ལྷག་པར་འཆང་བ་  
སོགས་ཀྱི་བཅས་རྒྱུང་ལ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་མཚུངས་པར་མི་སྒྲོབ་དགོས་པ་ལས་  
མཚུངས་པར་སྒྲོབ་ན་ཉེས་གྲས་ཏེ་དེ་ཡང་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་དོན་ཉུང་བ་སོགས་  
བྱེད་ན་ཉན་ཐོས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་བྱེད་ན་ཉན་ཐོས་ཅན་མིན་  
པ་འོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཉན་ཐོས་བདག་དོན་ལྟར་ལེན་པ་སྟེ་བདག་འདུལ་བ་ལ་  
ཞུགས་ཤིང་གཞན་དོན་ལ་མི་ལྟ་བས་གཞན་དོན་ལས་བཅུམས་ཏེ་དོན་ཉུང་བ་  
སོགས་ཀྱིས་གནས་པ་མངེས་ཀྱི་བྱང་སེམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་ལ་པན་བདེའི་ཕྱིར་ཞུགས་པའི་གཞན་དོན་ལྟར་ལེན་པ་ལ་གཞན་དོན་  
ལས་བརྒྱམས་ཏེ་དོན་ཅུང་བ་སོགས་མི་མཛེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་དོན་ཅུང་བ་ནི་  
འདོད་པ་ཅུང་བའོ། །བྱ་བ་ཅུང་བ་ནི་ཡོ་བྱད་མང་སོ་མི་འཛིན་པའོ། །སྙིང་ལས་ཅུང་བ་  
ནི་འཕགས་པའི་རིགས་ལ་གནས་པ་སྟེ་དེ་ཡང་ཆོས་གོས་དང་བསོད་སྟོམས་དང་  
གནས་མལ་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པ་དང་སྒྲིང་བ་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་དགའ་བ་  
འཕགས་པའི་རིགས་ཏེ་བཞིའོ། །བྱང་སེམས་ཀྱིས་ནི་གཞན་དོན་དུ་གོས་བརྒྱ་དང་  
སྒྲིང་ཡང་ཉེ་དུར་མི་འོང་བའི་བྲམ་ཟེ་དང་བྲིམ་པ་ལས་བཅའ་བར་བྱ་སྟེ་སྦྱིན་པ་པོ་  
སྐབས་འབྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཡང་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ཆོག་མི་ཆོག་དང་པོར་  
བརྟགས་ནས་མི་ཆོག་ན་ངི་ཅམ་དགོས་པ་སྒྲང་བར་བྱའོ། །ས་སྤྱ་བས་བཟོད་དམ་མི་  
བཟོད་བརྟག་ཅེས་བཏོན་ནས་དེའི་དོན་བདག་གིས་སྒྲངས་པས་སྦྱིན་བདག་དབྱེལ་  
བར་འཁྱར་མི་འཁྱར་དང་གཞན་འཕྱ་མི་འཕྱ་བརྟག་ཅེས་འཆད་པ་མི་འཐད་དེ། འདི་  
ནི་སྒྲིང་བར་རིགས་པ་ཆད་ལས་ལྷག་པ་ལེན་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གོས་བཞིན་དུ་ལྷུང་བཟེད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲའོ། །གོས་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱད་པ་སྒྲངས་པ་  
ཉེ་དུར་མི་འོང་བའི་ཐ་ག་བ་ལ་འཐག་ཏུ་འཕྱག་པ་ལ་ཡང་གོས་སྒྲངས་པ་དང་འབྲ་སྟེ་  
ལྷུང་བ་མེད་དོ། །

གཞུང་འདི་ལྟར་ན་ཐ་ག་བ་ཉེ་དུ་མིན་པ་ལ་འཐག་ཏུ་བརྟག་ན་ཐགས་སྒྲ་བྱིན་  
ཀྱང་ལྷུང་བ་ཡོད་པར་གསལ་ལ་འདུལ་བ་ལས་ནི་ལྷུང་བ་དེ་སྒྲ་མ་བྱིན་པའི་ཉེས་པར་  
གསུངས་སོ། །གཞན་དོན་དུ་མོན་དར་གྱི་མལ་སྟན་བརྒྱ་དང་སྟན་དུ་གདོང་བ་བརྒྱ་  
ཡང་བསྟན་པར་བྱའོ། །གསེར་དབྱེལ་སྤང་བྱེ་བ་སྤག་འབྲམ་ལས་ལྷག་པ་ཡང་བདག་



གིར་བྱའོ། །རྩིན་སྲུང་སྙམ་མལ་སྟན་སྤྱོད་བལ་ཅན་དང་གཤིང་བ་དང་སྟན་ནང་ཆངས་  
ཅན་ཞེས་འཆད་དོ། །མོན་དར་གྱི་སྟན་གཞན་དོན་དུ་གནང་བས་སྤྱོད་བལ་དང་བལ་  
ནག་དང་ཆ་གཉིས་བསྐྱེས་པ་ཡང་གནང་ངོ། །སྟན་དུ་གཤིང་བ་ཞེས་པ་ནི། ལོ་དུག་  
གི་སྤང་བ་གནང་བའོ། །དེ་དག་ལ་སོགས་པ་དོན་དང་བྱ་བ་ཉལ་ཞིང་སྤྱིང་ལས་རྒྱང་  
དུར་གནས་པ་ལས་བརྒྱམས་པའི་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཉན་ཐོས་དང་འབྲ་བར་མི་སྒྲོབ་  
བོ། །བཅས་པ་དེ་གཉིས་དང་འོག་མ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་ལྡན་གྱི་དགེ་སྤྱོད་སོགས་  
ཀྱི་རབ་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་སོ་ཐར་གྱི་བཅས་པ་ལ་རི་ལྟར་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་  
གདམས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་འདི་ལྟར་སོ་ཐར་ལ་རང་བཞིན་གྱི་བཅས་པ་དང་བཅས་རྒྱང་  
གི་བཅས་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལ་རི་ལྟར་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི་འོག་མས་སྟོན་ལ། བཅས་  
རྒྱང་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་གྱི་སེམས་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་བཅས་པ་ལ་ནི་འབྲེལ་བ་  
གསར་མ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་གཞན་རྣམས་“གྱིས་”ཆེས་ལྷག་པར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་དང་། རབ་དུ་བྱུང་བར་བྱུར་བས་ནི་རང་གི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་  
“ངས་པར་བསྐྱང་”དགོས་ཀྱི་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉན་ཐོས་ལས་ཀྱང་  
ལྷག་པར་སྤྱང་སེམས་དམ་དགོས་ལ། དོན་ཉལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་བཅས་པ་ནི་  
གཞན་དོན་དུ་དེ་ལས་འདའ་དགོས་པས་ཉན་ཐོས་ལྟར་མི་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་དང་བཅས་  
རིགས་དེ་གསུམ་གྱིས་སོ་ཐར་གྱི་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་དབྱེ་མི་ཤེས་པར་སོ་ཐར་གྱི་བཅས་པ་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་ལ་  
ཁོ་བོ་ཅག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འོག་གསར་སྤྲུགས་པའི་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལས་འདས་

༡ ཀྱི་ལ

༢ དགོས

ཀྱང་གོང་མས་འདག་གོ་ཞེས་སྤྲི་ཞིང་བག་ཡོངས་སུ་འཇུག་པ་ནི། སྤྲོམ་པ་གོང་མ་  
གཉིས་དང་ལྷན་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ལྷག་པོ་ཞིག་བྱང་  
བར་འདིར་བསྟན་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་དང་འགལ་བའི་སྤྲོམ་པོ་སྦྱེད་པར། སྤྲོམ་པ་  
གཉིས་ཀྱི་བཅས་པ་ལ། །དགོས་པ་མེད་པར་འདའ་བ་རྣམས། །ཁ་ན་མ་ཐོ་སྤྲོམ་འབྱུང་  
ཏེ། ཞེས་གསུངས་ན། སྤྲོམ་པ་གཉིས་གང་ཡང་མི་སྤྱང་བའི་ཐེག་ཆེན་པར་ཁས་འཆེ་  
བ་རྣམས་ལ་ནི་དེ་ལྟར་སྤྲོམ་པའི་གཞི་ཅམ་ཡང་ག་ལ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་སྟོན་  
པའི་བསྟན་པ་བརྟན་ཏོག་གི་བཅོ་ག་ཚུས་སྟོན་པ་ཡིན་པས་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་དུག་ལྟར་སྤྱང་བར་བྱའོ། །འགྲེལ་བ་རྟོང་མ་ལས། དག་སྟོང་གང་ཉི་དྲུ་  
མི་འོང་བའི་བྲིམ་བདག་གམ་བྲིམ་བདག་གི་ཚུང་མའི་དྲུ་དྲུ་སོང་སྟེ། གོས་སྟོང་ན་  
སྤྱང་བའི་ལྷང་བའོ། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་སོགས་པའི་བསྐབ་པའི་གཞི་རྣམས་སྤྲོམ་པ་  
གཉིས་ལ་གནས་པས་གཞན་ཀྱི་དོན་བཏང་སྟེ་བདག་གི་དོན་ལྟར་ལེན་པ་ཡིན་པར་  
རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་གནང་བ་དེ་རྣམས་ཀྱང་གཞན་ཀྱི་དོན་མིན་པར་  
རང་གི་དོན་ལྟར་ལེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ནི་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་ཉེས་པ་ཇི་ལྟ་  
བ་བཞིན་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཉེས་བྱས་གསུམ་པོ་དེ་རིམ་པ་ལྟར་སྤྲོམ་པའི་ཚུལ་  
བྲིམས་ཀྱི་ཉེས་པ་དང་དག་བ་སྤྱད་པ་དང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལས་ཉམས་པར་  
འགྲེལ་བ་གསར་མས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། ལྷིང་བཅེར་བཅས་ན་མི་དག་མེད། །ཅེས་པ་སྟེ་འདིར་གཞུང་  
དང་སྤྲོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་འགྲེལ་བ་རྟོང་མ་དང་ཚུལ་བྲིམས་ལེ་འཁྱེད་འགྲེལ་བ་གཉིས་  
ལས་སྟོག་གཅོད་སོགས་ལུས་དག་གི་བདུན་ལ་གནང་བའི་སྐབས་ཡོད་པར་སྟོན་པ་

མ་གཏོགས་པ་གཞན་དོན་དུ་དེ་དག་ལ་མ་ཞུགས་ན་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་མེད་  
ལ། འབྲེལ་པ་གསར་མ་ལས་ཉེས་བྱས་ཞེ་དུག་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ན་འདི་ཡང་ཉེས་  
བྱས་གཅིག་ལ་བགང་དགོས་ཤིང་། ཡང་འབྲེལ་པ་དེ་ལས་པ་རོལ་དད་ཕྱིར་སློབ་མི་  
བྱེད་ཀྱི་དམིགས་བསལ་དུ་ཡང་འཆད་པར་སྤང་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱ་ནག་ཕྱང་དང་ས་  
སྤྱ་བྱས་བྱང་སེམས་དང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་བཅས་པ་ལ་ཁྲད་  
པར་ཡོད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་པར་འཆད་པ་ལྟར་བཤད་དོ། །སོ་ཐར་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་  
ན་མ་ཐོ་བའི་བཅས་པར་བསྟན་པ་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཐབས་ལ་མཁས་པས་སྤྱད་ན་  
ཉེས་པ་ཡང་མེད་ལ་བསོད་ནམས་མང་པོ་འཕེལ་བ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན་སློག་  
གཙོད་སོགས་ལུས་དག་གི་བདུན་ལོ། །དེ་ལ་རྟེན་ནི། གཞུང་ལས་ལོག་གཡེམ་ལ་  
བྱང་སེམས་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བསྟན་པ་མི་འཛིག་པར་རྗེས་སུ་སྤང་བས་ནི་  
མི་ཆངས་པར་སྟོད་པ་བསྟེན་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ་མི་བྱའོ་ཞེས་རབ་བྱུང་ལ་  
བཀག་ཅིང་བྱང་སེམས་བྲིམ་པ་རྟེན་དུ་བཞག་ལ་མ་བྱེན་ལེན་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
དུག་ལ་བྱང་སེམས་སྤྱི་རྟེན་དུ་གསུངས་སོ། །

འོ་ན་སློག་གཙོད་སོགས་ཀྱི་ཕམ་པ་འབྱུང་བའི་གཞི་ལ་འདུག་པའི་བྱང་  
སེམས་དེ་རབ་བྱུང་ངམ་བྲིམ་པ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་ལོག་གཡེམ་ལ་མི་རུང་ལ་མི་  
གསོད་སོགས་ལ་རུང་བའི་ཁྲད་པར་མེད་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཕམ་པར་འབྱུར་མི་འབྱུར་  
མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་གཞུང་ནས་ལོག་གཡེམ་ལ་ཁྲད་པར་བྱེ་  
ནས་གཞན་ལ་མ་མཛད་པ་དང་འགལ་ལོ། །གཞན་ཡང་བསྐྱབ་བདུས་སུ། རི་རྩེ་དེ་  
ལས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་འབྱུར་བ་ལྷག་པ་མཐོང་ན་བསྐྱབ་པ་དབུལ་ལོ། །བསྐྱལ་

བ་མང་པོར་གོམས་པས་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་མཁས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་  
 རྣམས་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་བར་ཆོད་བྱེད་པར་འགྱུར་རམ་ཅི་འདི་ནི་མི་སྲིད་པ་ཉིད་  
 རོ། །ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བསྟན་ཏེ། བྲམ་ཟེའི་བྲེལ་སྐར་མ་ལོ་བཞི་  
 བྲི་ཉིས་སྟོང་གི་བར་དུ་ཆངས་པར་སྤྱད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་གོམ་པ་བདུན་པ་  
 ལ་གནས་ཏེ་སྤྱིར་རྗེ་སྤྱིས་ནས་བདག་གི་བརྟུལ་ཞུགས་འདི་བཞིག་སྟེ་སེམས་ཅན་  
 དཔུལ་བར་སོང་བར་གྱུར་ཀྱང་སེམས་ཅན་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དེ་སྟོང་བར་  
 བཟོད་ཀྱིས་བྱད་མེད་འདི་ཤིར་ཡོང་གིས་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་རིགས་ཀྱི་བྱ་བས་  
 ཟེའི་བྲེལ་སྐར་མ་དེ་སྐར་ལོག་སྟེ་བྱད་མེད་དེ་ལ་ལག་པ་གཡས་པས་བཟུང་ནས་སྤྱ་  
 མོ་བྲོད་ཅི་འདོད་པ་བྱ་ཡོངས་ཞེས་དེ་སྐད་སྤྲུལ་སོ། །ཞེས་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་  
 བ། སྟོན་མེད་དེ་མ་བྱིན་ལེན་གྱི་པམ་བ་སྦྱེད་པ་ལ་རང་དོན་དུ་སྒྲངས་པ་ཡན་ལག་ཏུ་  
 དགོས་ལ་བྱང་སེམས་ལ་དེ་གནང་བའི་སྐབས་སུ་གཞན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་ལེན་པས་མ་  
 བྱིན་ལེན་གྱི་པམ་བ་གནང་བ་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྟོག་གཙོད་དང་བརྟུན་གྱི་པམ་བ་  
 འབྱུང་བའི་གཞི་ལ་འཇུག་ན་ནི་རབ་བྱུང་གིས་བྱར་མི་རུང་བ་མི་ཆངས་སྟོད་དང་  
 འབྲེལ། འོ་ན་མི་ཆངས་སྟོད་ཁོ་ན་ལ་བྲིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་གི་བྱད་པར་འབྱེད་པ་ཅི་  
 ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ་སྟོག་གཙོད་དང་མ་བྱིན་ལེན་དང་བརྟུན་ལ་ལས་ལམ་བྱུང་ཡང་  
 པམ་པར་འགྱུར་བར་མ་དེས་ལ་བཅས་པའི་རྟེན་ཅན་ལ་མི་ཆངས་སྟོད་ཀྱི་ལས་ལམ་  
 བྱུང་ན་རྩ་ལྟར་དུ་འགྲོ་བར་དེས་པས་དེ་ལ་དགོངས་ནས་བྱད་པར་མཛད་དོ། །བསྐྱབ་  
 བརྟུས་དང་ཡང་མི་འགལ་ཏེ་ཕྱིར་ཆངས་སྟོད་ཉིད་གཞན་དོན་སྤྱབ་པའི་མཆོག་ཡིན་

བས་དེ་བཏང་བ་ལ་གཞན་གྱི་དོན་ལྷག་པོ་མེད་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སོ་ཐར་གྱི་རྩ་ལྟུང་གི་  
གཞི་ལ་ཞུགས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལྷག་པོ་མཐོང་བའི་ཆེ་བསྐབ་པ་ལུས་ནས་བྱེད་  
བས་ཁྲིམ་པ་ལ་གནང་བ་ཡིན་གྱི་རབ་བྱུང་ལ་གནང་བ་མིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མིན་པར་རབ་  
བྱུང་ལ་གནང་ན་བསྐབ་པ་འབྲུལ་བའི་དོན་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་སློག་གཅོད་པ་སོགས་  
གྱི་ལས་ལ་གཞན་དོན་ཏུ་འཇུག་པའི་རྟེན་ནི་བསྐབ་བཏུས་སུ། ས་མ་ཐོབ་པ་པ་རོལ་  
ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་སྐྱོད་པ་ལ་འདི་བསམ་པར་བྱའི་གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འགྱུར་  
རྟེན་ལས་འབྱུང་ལ་འགྱུར་གསར་ལས་ས་ཐོབ་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལ་ཁ་ཅིག་ས་ཐོབ་པ་  
ཡིན་ན་ཕྱིན་བྱུག་ལ་སྐྱོད་པ་དགོས་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་དོན་མེད་པས་འགྱུར་རྟེན་པ་  
ལྟར་ལེགས་པར་འདོད་པ་འཐད་དམ་སྙམ་སོ། །འོན་ཀྱང་སྤར་བསྐབ་བཏུས་སུ་ལུང་  
བངས་པ་ལྟར་ས་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བྱུག་ལ་སྐྱོད་པ་ཅན་གྱིས་མི་ཆོག་གི་བསྐལ་བ་དུ་  
མར་ལམ་ལ་གོམས་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་བྱང་  
སེམས་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་བརྩུང་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་ལ་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་སྤྲོབ་པ་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྷན་པ་སློག་  
གཅོད་པ་སོགས་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་མ་རྟེན་པའི་བྱང་སེམས་གཞན་དོན་ཏུ་  
འགྱུར་ན་གནང་བ་ཡིན་གྱི་ཐེག་ཆེན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གནང་བ་མིན་པས། བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤྲོབ་པ་ཅན་ལ་ཡང་མ་གནང་ན་སྤྲོམ་པ་མི་སྤར་  
བའི་ཐེག་ཆེན་པར་ཁས་འཆེ་བ་ནམས་ལ་ནི་སྙིང་རྩེ་དང་སེམས་བསྐྱེད་ལྟར་སྤར་རེ་  
ཡོད་ཀྱང་གཏན་བྱར་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་སོ་ཐར་ལས་ཕྱི་རྩེའི་ཁ་ཐས་དག་སྤོང་ནད་

པས་མ་ཐོས་ན་ནད་ལ་གཞོན་ཅིང་ཐོས་ན་ནད་པན་པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་ལྟར་བ་ལ་གནང་  
 ཡང་དགེ་སྒྲོང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྱད་དགོས་པ་དང་འདྲོ། །བསྐྱབ་བཏུས་ཀྱི་  
 ལུང་དེ་མི་ཆངས་སྒྲིད་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་ཡང་སྒྲིག་གཞོན་པ་སོགས་ཀྱི་ཚུ་ལྟར་གི་  
 གནས་ལ་ཡང་འདྲ་བ་ཡིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞི་དང་མ་གྱིན་  
 ལེན་འོག་ནས་འཆད་པ་ལྟ་བུ་ལ་སེམས་ཅན་དེའི་དོན་དུ་འགྱུར་པའི་དགོས་པ་ཆེན་  
 སོ་དང་ལྷན་ཞིང་དེ་དག་ལས་ཐབས་གཞན་མ་ཆེད་པའི་ཆེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་  
 ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་སྤྱད་ཞིང་སྐབས་དེ་དག་གི་ཀྱན་སྒྲོང་གི་སེམས་དང་ལྷན་པ་ལ་ཉེས་  
 མེད་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་ནི་ཞིབ་པའི་སྒྲོམ་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། གནས་འདི་ནི་སྤྱབ་པ་  
 ཉག་ཅིག་གི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་སྤྱ་ལ་ཉན་ཆེན་སོ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །རྒྱ་མཆོ་སྤྱན་དང་རྩི་ན་སྤྱ་འདྲ་སྤྱ་བས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་བསམ་པ་  
 ཅན་དབང་ཐོབ་ཅིང་བསམ་པ་དག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཀྱན་སྒྲོད་ཡིན་པས་དགེ་ཅ་  
 ཚུང་བ་དང་ཤེས་རབ་རྒྱལ་བ་དང་རང་གི་སྒྲིག་སྒྲིག་ལ་ཞེན་པ་དང་མདོ་སྟེ་ལ་སྤྱི་  
 བཞིན་དུ་འདྲིན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་མིན་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཉག་ཅིག་དེ་ལ་མདོན་སྤྱི་  
 ཡིན་པས་གཞན་གྱིས་ཡེ་མི་བྱ་སྟེ། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་ཡོངས་སྤྱི་འདྲིན་པར་  
 འགྱུར་ཞེས་སྒྲིག་གཞོན་ཀྱི་སྐབས་སྤྱི་བཞད་དོ། །

སྒྲིག་གཞོན་གནང་བ་ལ་ཡུལ་ནི། ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་བརྒྱ་སྤྱི་མང་སོ་  
 དག་ཟང་ཟིང་ཅུང་ཟང་ཀྱི་ཕྱིར་གསོད་པར་ཆད་དེ་མཆོམས་མེད་པའི་ལས་ལ་ཞུགས་  
 པའི་ཆོས་རྒྱན་སོགས་སོ། །བསམ་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུ་མཐོང་བ་ན་འདི་བསམ་དན་བདག་

དཔལ་བར་"སྟེ་ཉ་མོད་ཀྱི་དེ་ནི་སྒྲའི་སེམས་ཅན་འདིས་མཆོམས་མེད་བྱས་ནས་  
 དཔལ་བར་འགྲོ་ན་མི་རྒྱུད་འོ་སྟུམ་དུ་བྱི་མ་ལ་སྟོང་བཅེ་བའི་སེམས་ཁོ་ན་ཉེ་བར་  
 བཞག་པ་སྟེ་བདག་གཞན་བརྗེ་མོད་པའོ། །གསོད་པའི་དུས་ན་རང་གི་སེམས་དགེ་བ་  
 དང་ལུང་མ་བསྟན་གང་རུང་གི་སེམས་སྤྱ་གནས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སོགས་ཡེ་མི་འདྲེ་  
 བར་རིག་པ་དགོས་སོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་གསལ་བྱ་དེའི་སེམས་ལ་འཆད་པ་ནི་དོན་  
 མིན་ནོ། །འཛེམ་བཞིན་དུ་ཞེས་པ་ནི་ཐབས་དེ་ལས་གཞན་མ་རྟེན་པས་པོངས་ཆོས་  
 སོ། །དེ་ལྟར་སྟོག་དང་སྤལ་ན་ཉེས་པ་མེད་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱང་མང་དུ་འཕེལ་  
 འོ། །མ་བྱིན་ལེན་གནང་བ་ལ་ཡུལ་ནི་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རྒྱལ་ཁྲོན་ཆེན་པོ་  
 འགས་ཆེར་གཏུམ་ལ་སེམས་ཅན་ལ་སྟོང་རྗེ་མེད་ཅིང་གཅིག་དུ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་  
 རྟེན་པ་ལ་ཞུགས་པ་"གོ་འཕམང་"དེ་ཉི་ལ་གནས་ན་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་མང་དུ་  
 འཕེལ་བའོ། །བསམ་པ་ནི། སྟོང་བཅེའི་སེམས་སམ་པན་པ་ལ་བསམ་པས་རྒྱལ་སྤྱིད་  
 དེ་ལས་འབྱེན་ཞིང་དེ་འཕྲོག་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དགེ་འདུན་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་ནོར་མང་པོ་སྟོགས་ནས་བདག་  
 གིར་བྱས་ཏེ་སྟོད་འདོད་པའི་ཆོམ་རྒྱན་ནོ། །བསམ་པ་ནི། གཞི་དེས་དེ་དག་ལ་ཡུན་  
 རིང་པོར་གཞོད་པ་དང་མི་པན་པར་གྱུར་ན་མི་རྒྱུད་འོ་སྟུམ་པ་ཁོ་ནས་སྤྲར་སྟོགས་ཏེ་  
 དགེ་འདུན་དང་མཆོད་རྟེན་གང་གི་ཡིན་པ་དེ་ལ་འབྲུལ་བའོ། །གསུམ་པ་ནི། ཞལ་ཏ་  
 རྟེན་པའམ་སྟེད་མོས་ཆོམ་བསྐྱུང་བ་གང་གིས་དགེ་འདུན་ནམ་མཆོད་རྟེན་གྱི་ནོར་མི་

ཉ སྟེ

ཉ ག

ཉ ད

རིགས་པས་ཚུད་གཞོན་པ་དང་རང་གིས་སྒྲོར་བར་བྱེད་པའོ། །བསམ་པ་ནི། བཤད་  
མ་ཐག་པ་ལྟ་བུས་དེ་དག་དེ་ལས་འབྱེན་པའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་མ་བྱིན་ལེན་བྱེད་ཀྱང་ཉེས་  
པར་མི་འགྱུར་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱང་མང་དུ་འཕེལ་ལོ། །ལོག་གཡེམ་གནང་བ་ལ་  
ཡུལ་ནི། བྱང་སེམས་གྱིས་འདོད་པ་མ་བསྟེན་ན་འཆི་བར་འགྱུར་ལ་དེ་ལ་ཁོན་གྱི་  
བསམ་པ་“འཛིན་ཀྱི་བསམ་མི་ཆངས་པར་སྒྲོད་པས་གཟིར་བ་བྱང་སེམས་དེ་དང་  
འབྲེལ་བའི་སེམས་དང་ལྷན་པའི་བྱད་མེད་མགོ་གཙང་རོ། །ཆེན་ཕྱི་མས་ནི་ལོག་  
གཡེམ་སྒྲོང་བའོ་ཞེས་འབྲེལ་བ་རྣམས་ནས་འཆད་ཀྱང་ལོག་གཡེམ་གནང་བའི་  
སྐབས་ཡིན་པས་མི་འཐད་དོ། །བསྐབ་བརྟུས་ལས་ཀྱང་། དབེན་པ་ཞིག་ཏུ་བྱས་ན་ཁྱོ་  
ཡོད་པའམ་“མགོ་གཙང་ངམ་རིགས་དང་ཆོས་དང་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བསྐྱངས་བ་  
ལ་ཡང་རུང་སྟེ་འདོད་པ་ལ་ལོག་པར་གཡེམ་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཁྱོ་ཡོད་མེད་  
གཉིས་ཀ་ལ་ལོག་གཡེམ་གྱི་ཉེས་པ་མེད་པར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །འདིའི་སྐབས་  
སུ་བསྐབ་བརྟུས་ལས་ཀྱང་། ཡང་དག་པར་ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་རྣམས་ནི་དོན་བྱས་  
པའི་བྱིར་དེ་དག་ལ་མ་སྤིང་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རིང་དུ་སྤང་ཞིང་མཆོད་དོ། །ཞེས་  
གསུངས་པས་པལ་ཆེར་བྲིམ་པའི་རྟེན་གྱིས་འདུག་པ་དང་དེ་དང་དགེ་སྒོང་མི་  
མཚུངས་པ་དང་གལ་ཏེ་དོན་ལྷག་པ་མཐོང་ན་བསྐབ་པ་འབྱུང་བར་གསུངས་པས་  
བྱང་སེམས་དང་དོན་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་བ་གསར་མ་ལས་ཀྱང་། འཁྲིག་པ་ཀུན་ཏུ་  
སྒྲོད་པ་ནི་ལྟང་བར་འགྱུར་ཞིང་བར་མ་ཆོད་པར་དཔྱུལ་བར་འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་དང་།  
འདུལ་བར་འོས་པ་མང་པོ་ཡང་བསྟན་པ་ལ་མི་དད་པར་འགྱུར་བ་དང་འཛིག་རྟེན་པ་

༡ འཛིན

༢ མག



རྣམས་དེའི་གནས་སྐབས་ཁོ་ན་ལ་གནས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་གཟིགས་ནས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡང་འཁྲིག་པ་ལ་བསྟེན་པ་སྦྱོར་བར་མི་མཛད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་མིའི་སློག་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དེ་རྣམས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བསམ་པ་ནི། འདི་ཀུན་ནས་མཁར་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིག་མང་དུ་འཕེལ་ན་མི་རུང་ངོ་སྟུང་ཞིང་འདོད་པ་བསྟེན་ན་རང་འདོད་པ་བཞིན་དུ་དགོ་པ་ལ་གཟུང་བ་དང་མི་དགོ་པ་འདོར་བ་ལ་དབང་དུ་འགྱུར་སྟུང་ནས་སྟོང་བཅེ་བའི་སེམས་ཁོ་ནས་འཁྲིག་པ་བསྟེན་ན་ཉེས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱང་མང་དུ་འཕེལ་ལོ། །

རྩུབ་གནང་བ་ལ་ཡུལ་ནི་སློག་འཆད་པ་དང་ལག་པ་རྐང་པ་སྣ་ན་བ་གཙོད་པ་དང་། མིག་འབྲིན་པའི་དགག་བྱ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཅན་མང་པོའོ། །བསམ་པ་ནི། ཉེས་དམིགས་དེ་དག་ལས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཞུགས་པའོ། །རྟེན་ནི་བྱང་སེམས་རང་གི་དོན་ཡིན་ན་སློག་གི་ཕྱིར་ཡང་ཤེས་བཞིན་རྩུབ་མི་སྤྱོད་པས་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་ཕྱིར་དུ་རྩུབ་སྤྱོད་པའོ། །མདོར་ན་ཅི་དང་ཅིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ན་མཐོང་གི་དོན་མ་ཡིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་རང་ཡང་ཟང་ཟེང་མེད་པའི་སེམས་དང་ལྡན་ལ་པན་འདོད་འབའ་ཞིག་གིས་ཤེས་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ཏེ་རྩུབ་སྤྱོད་ན་ཉེས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱང་མང་པོ་འཕེལ་ལོ། །ཟླ་མ་གནང་བ་ལ་ཡུལ་ནི་མི་དགོ་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཟེན་པའི་སེམས་ཅན་ནོ། །བསམ་པ་ནི། འདི་དག་སྒྲིག་གོགས་བསྟེན་པས་ཡུན་རིང་པོར་གཞོད་པ་དང་མི་པན་པར་གྱུར་ན་མི་རུང་

ངོ་སྤྲོད་ནས་མི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་དབྱེ་བའི་“ཆོག”སྤྱོད། །དེ་ལྟ་བུའི་  
དབྱེན་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ལ་བསོད་ནམས་མང་པོ་འཕེལ་ལོ། །“ཆོག”རྩལ་  
གནད་བལ་ཡུལ་ནི། ལམ་ལོག་པར་ཞུགས་ཤིང་མི་རིགས་པ་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་  
འོ། །བསམ་པ་ནི། དག་རྩལ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་དེས་མི་དགེ་བལ་ས་སྤངས་ཏེ་དགེ་བལ་  
འགོད་པའི་ཕྱིར་བྱུང་། །དེ་ལྟ་བུས་“ཆོག”རྩལ་སྤྲོད་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་ལ་བསོད་  
ནམས་ཀྱང་མང་བྱུང་འཕེལ་ལོ། །ས་སྤྲོད་ནས་མི་དགེ་བལ་བུ་ལ་ཞུགས་པའམ། ཐེག་ཆེན་  
གྱི་ལམ་ཤེས་ཀྱང་ཉི་ཆེ་བའི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། ཐེག་ཆུང་ཤེས་ཀྱང་ཕྱི་རོལ་  
པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་ལམ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་དང་། རིགས་པར་བྱ་བཤེས་ཀྱང་  
བསྐྱབ་ཆོག་ལ་མ་གྱུས་ཤིང་གཡེལ་བའི་མི་རིགས་པ་བྱེད་པར་འཆད་དོ། །དག་  
བཀའ་གནད་བལ་ཡུལ་ནི། གར་སྤྱོད་ལོ་མའི་སྤྱོད་ལ་མོས་པ་དང་རྒྱལ་པོ་ཆོས་རྒྱན་  
ཐས་སྒྲོམ་སྤྱད་འཆོང་མ་ལམ་སྤང་གི་གཏམ་ལ་སོགས་པ་ལ་མོས་པའི་སེམས་ཅན་  
འོ། །ཉེན་དང་བསམ་པ་ནི། གར་ལ་སོགས་པ་ལ་མཁས་ཏེ་སྤྱིང་བཅེ་བའི་བསམ་པས་  
གར་ལ་སོགས་པ་སྤྲོད་ཆོགས་ཀྱིས་མགྲུ་ཞིང་འདུན་པར་བྱས་ཏེ་དབང་བྱེད་ཅིང་  
དག་ཉན་བྱུང་བུག་ནས་མི་དགེ་བལ་ས་བསྐྱང་སྟེ་དགེ་བལ་འགོད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
ཆོག་བཀའ་པ་སྤྱོད་ཡང་ཉེས་པ་མེད་ལ་བསོད་ནམས་མང་བྱུང་འཕེལ་ལོ། །གཞུང་འདི་  
དང་ནམ་སྤང་མཛོད་བྱང་བྱུང་ལུས་དག་གི་བདུན་མ་གཏོགས་པ་ཡིད་ཀྱི་གསུམ་ལ་  
གནད་པའི་སྐབས་མ་བཤད་ལ་ཆོས་ལྡན་རབ་འབྱོར་གྱིས། གར་བདག་གི་དོན་ལ་  
ཐེས་སྤྱོད་བུང་བུང་ཅན་ཡང་མེད་ལ་བྱེད་པ་གཞན་གྱི་དོན་འབའ་ཞིག་འདོད་ཅིང་

༡ ཆོག ། འོག་གི་ཆོག་གཉིས་ལ་འང་ཆོག་གིས་ཡོད་ན་འང་མཆོས་སྤྲོད་ཀྱིས་ལས་འོག་མཆོན་བཞོད་མེད། །

ཐམས་ཅད་དུ་སྦྱིང་རྗེ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་གསུམ་མ་གཏོགས་པའམ་ལོག་པར་ལྟ་པ་མ་གཏོགས་པ་དག་རྗེས་སུ་གནང་བ་སྟེ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གཙུག་ལག་དག་ལས་བལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེས་འཆད་པར་སྒྲེ་གསུང་རབ་ཀྱི་ཁྲུངས་ཤིག་དགོས་པར་སྒྲུང་ངོ། །སོ་ཐར་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་བཅས་པ་ལས་འདས་ཀྱང་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་བསོད་ནམས་འཕེལ་ན་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་ལ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ་འཆད། གཞན་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་དགོས་པ་ཆེན་པོ་མཐོང་ན་བཅས་ཀྱང་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་ལ་འདས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པར་སྒྲུ་མས་དཔག་པར་རུས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་རང་གཅོ་བོར་གྱུར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་འཆོ་བ་ཉམས་པ་ནི། འཆོ་བ་ལོག་པ་དང་དུ་ལེན། ཞེས་པ་སྟེ་ཚུལ་འཆོས་ལ་སོགས་པའི་ལོག་པ་འཆོ་ཀྱལ། གང་རུང་བྱང་བ་རྣམས་དང་དུ་ལེན་ཞིང་དེ་དག་གིས་ངོ་ཆོ་ཞིང་འཛེམ་པར་མི་བྱེད་ལ་གཉེན་པོས་སེལ་ཉེ་བར་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་མེད་དོ། །དེ་བསལ་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ལ་བཞག་ཆེ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི་འདོད་པའི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་དོ། །ལོག་འཆོ་ལྗེའི་མཆན་ཉིད་ནི་རིན་

༡ འཆ

༢ ཞད

༣ བྱང་ལ་གཉན་པས་སལ

༤ མངས

ཆེན་མེད་བ་ལས། “འཇུལ་<sup>༡</sup>འཆོས་རྟེན་དང་བཀུར་སྟེའི་བྱིར། དབང་པོ་སྟོམ་པར་  
བྱེད་པ་སྟེ། །ཁ་གསལ་རྟེན་དང་བཀུར་སྟེའི་བྱིར། །ཆོག་འཇམ་སྤར་ནི་སྟེ།  
བཤོ། །གཞོགས་སྟོངས་དེ་ནི་ཐོབ་བྱའི་བྱིར། །གཞན་གྱི་རྩམ་ལ་བསྟགས་བྱེད་  
པ། །ཐོབ་གྱིས་འཇམ་བ་རྟེན་པའི་བྱིར། །མདོན་སྟམ་གཞན་ལ་སྟོན་བྱེད་པ། །རྟེན་  
པས་རྟེན་པ་རྣམས་འདོད་པ། །སྤར་ཐོབ་པ་ལ་བསྟགས་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ལོ། །འབྲེལ་བ་རྣམས་ནས་ལོག་འཆོའི་སེམས་སྦྱེས་མ་ཐག་མ་ཆོར་ན་ཉེས་བྱས་  
སུ་འཆད་ཀྱང་གཞུང་དང་འབྲིག་པར་མི་སྤང་ལོ། །ཆོག་ཉམས་པ་ནི། འབྱར་ནས་  
རབ་དུ་རྒྱོད་ལ་སོགས། །ཞེས་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་སེམས་རྣམ་  
པར་མ་ཞི་བ་ནི་རྒྱོད་པ་སྟེ་དེས་ཡོངས་སུ་ཐེན་པས་མ་ཞི་ཞིང་དེ་ལ་དགའ་བ་དང་རྟ་  
བགད་དུ་རྒྱོད་པ་དང་ཅེ་ཞིང་ཅ་ཅ་འདོན་ལ་གཡེང་བ་དང་། གཞན་ལ་ཡང་རྒྱོད་དུ་  
གཞུག་པར་འདོད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པའོ། །བརྟེན་པས་དེ་དག་བྱེད་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་མིན་པའོ། །རྟ་བགད་དུ་རྒྱོད་པ་མན་ཆད་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་རྟེན་  
གྱི་སྟོན་ནས་ནི། དེ་བསལ་བའི་བྱིར་འདུན་པ་བསྐྱེད་པ་སྟེ་སྤར་བཞིན་ནོ། །དགོས་པའི་  
སྟོན་ནས་ནི་གཞན་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་སྦྱེས་པ་ཐབས་དེས་སེལ་བར་འདོད་པ་དང་  
གཞན་གྱི་སྤངས་བསལ་བར་འདོད་པ་དང་གཞན་གད་མོ་དང་ཅེད་མོ་ལ་དགའ་བ་  
རྣམས་དགེ་བ་ལ་བསྟུ་ཞིང་གཞག་པ་དང་། རང་དང་སྟོན་མཛའ་བའི་“གཞུགས་པ་  
སྤང་བའམ་དེ་དང་མཐུན་པར་བྱ་བ་དང་གཞན་རང་ལ་མི་དགའ་བ་དང་མནར་སེམས་  
དང་རྒྱལ་གྱིས་ཕྱོགས་པར་འབྱུར་དུ་དོགས་པ་ལ་དགའ་བའི་བཞིན་བསྟན་པས་ནང་

༡ རྟུལ་

༢ གཞོགས་

གི་བསམ་བ་དག་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ་ལྟོ། །

སྲིད་པའི་རོ་ལ་བརྟམ་པ་ནི། འཁོར་བ་གཅིག་ཀྱི་བཟོད་པར་སེམས། ཞེས་  
བ་ཀྱི་མདོ་མང་སོ་ལས་བྱང་སེམས་འཁོར་བ་ལ་དགའ་བ་ལྟར་བྱ་ངན་ལས་འདས་  
བ་ལ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལ་འབྲུལ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ནི་བྱང་འདས་ལ་དགའ་བར་མི་བྱའི་དེ་ལ་རྒྱལ་གྱིས་ཕྱོགས་པར་བྱའོ། །ཉོན་  
མོངས་དང་ཉེ་ཉོན་ལ་ཡང་འཛིགས་པར་མི་བྱའོ། །དེ་དག་ལས་སེམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་  
དཔེན་པར་མི་བྱ་སྟེ་འདི་ལྟར་བྱང་སེམས་གྱིས་ནི་བསྐྱལ་བ་བྱངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་  
འཁོར་བ་ན་འཁོར་ཞིང་བྱང་ཆུབ་བསྐྱལ་བར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་དེ་ལྟར་ལྟ་ཞིང་དེ་སྐད་  
སྤྲོན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པའོ། །དེ་ལྟར་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་ཅིའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན། བྱང་སེམས་གྱིས་ནི་རི་ལྟར་ཉན་ཐོས་བྱང་འདས་ལ་མདོན་པར་དགའ་ཞིང་ཉོན་  
མོངས་པ་ལས་སེམས་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་བྱེ་བ་སྤྲལ་འབྲུམ་འགྱུར་དུ་བྱ་  
དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཉན་ཐོས་བདག་གཅིག་ཀྱི་སྲིད་པ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་  
པ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་ན་བྱང་སེམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྲིད་པ་ལས་ཐར་  
བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཙོན་པ་ལ་སྒྲོས་ཅི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་སེམས་དེས་སྤར་  
བའདྲ་བ་དེ་ལྟར་སེམས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ལ་གོམས་པར་བྱ་བ་སྐྱལ་  
དགོས་ཏེ། རང་ཉོན་མོངས་དེ་དག་ལས་མ་གྲོལ་བས་གཞན་དེ་དག་ལས་སྒྲོལ་  
བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མདོ་སྟེའི་རྒྱན་ལས། མགོ་ལ་སེམས་ཅན་ཁྱེད་ཅེས་བྱེད་

༡ བ

༢ ལྟ

༣ ལྟར

༤ དག

བ་ཡི། །སེམས་དཔའ་མཆོག་ནི་དལ་གྱིས་འགྲོ་མི་མཛེས། །བདག་གཞན་སྣ་ཆོག་གས་  
འཆིང་བས་རབ་བཅིངས་བས། །བཙོན་པ་བརྒྱ་འགྲུང་དུ་ནི་བྱ་བའི་རིགས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་སེམས་དེ་ནི་དག་བཙོན་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལས་བྱུང་བར་དུ་  
འཕགས་པར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པས་ཟག་བཙས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་སྦྱོང་བའི་  
བྱིར་ཐབས་ལ་མཁས་བཤེ། །ས་སྤྱ་བྱས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་དབང་པོ་རྒྱལ་བས་ཀྱང་འཁོར་  
བའི་སྦྱོན་རིག་ནས་སྦྱོན་བྱང་སེམས་དབང་པོ་རྣོ་ཞིང་སྒོ་ཆད་མེད་པས་ལྟ་ཅི་སྒོས་  
ཞེས་འཆད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་མདོ་སྤེར་སྤང་འདས་ལ་དགའ་བར་མི་བྱ་བ་དང་འཁོར་བ་  
ལ་དགའ་བར་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་སྤྲིད་པར་སྦྱེ་བ་འདྲིན་པ་ལ་གཏན་རྒྱབ་ཀྱིས་  
སྦྱོགས་པའི་སྤང་འདས་ལ་དགའ་བ་འགོག་ཅིང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བས་  
མ་གོས་པའི་སྤྲིད་པར་འཁོར་བ་ལ་བསྐྱུགས་ཀྱི། ལས་ཉོན་དང་དེའི་དབང་གིས་  
འཁོར་བ་ལ་མི་སྦྱོ་བ་དང་དེ་ཆད་པའི་སྤང་འདས་ལ་དགའ་བ་འགོག་པ་མིན་ནོ། །ཉེས་  
བྱས་དེ་གསུམ་ནི། དེམ་པ་ལྟར་སྤྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འཆོ་བ་དག་པ་དང་མི་གློད་  
པ་དང་གཅིག་རྒྱ་དབེན་པར་གནས་པ་ལས་ཉམས་པ་དང་། ཉེས་བྱས་དང་པོ་ལ་ཆང་  
དང་མཆོན་ཆ་དང་དུག་དང་སྒོག་ཆགས་དང་རྒྱ་སྦྱོགས་ལ་སོགས་པ་འཆོང་བ་དང་  
མ་བརྟགས་པའི་ཉིལ་དང་ཡུངས་ཀར་འཆིང་བཤོ། །ཞིང་ལ་སོགས་པ་ནི། སྒོས་ཀྱང་  
ཅི་དགོས་ཉེ་ཞེས་དེ་དག་ཀྱང་ལོག་འཆོར་སྒོ་བ་དཔོན་བྱང་རྒྱབ་བཟང་པོས་བཞད་  
དོ། །གསུམ་པ་རང་གཞན་གཉིས་ཆ་མཉམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་འགལ་བ་ལ་གཉིས་

༡ དས

༢ རྒྱ

ལས། དང་པོ་རང་གི་བསྐྱགས་པ་མི་སྤང་བ་ནི། གྲགས་པ་མ་ཡིན་མི་སྤོང་བ། ཞེས་  
བ་སྟེ་རང་གི་ཆིག་མི་བཅན་བཤམ་མི་བཅུན་པར་གྱུར་པའི་དྲི་རས་དང་མི་སྟན་པ་དང་  
གཏམ་ངན་འབྱུང་བའི་གཞི་”རང་ཉ་ལ་ཡོད་པའི་བདེན་པའི་དངོས་པོ་མི་བསྤང་ཞིང་  
མི་སེལ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་གཞི་མེད་པ་མི་བདེན་པའི་དངོས་པོ་མི་བསྤང་ཞིང་མི་  
སེལ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། འདྲི་རས་སོགས་གསུམ་ནི་སྟོན་བརྗོད་ཆེ་  
འབྲིང་ཆུང་གསུམ་མོ་ཞེས་གྲོ་ལུང་བ་གསུང་ངོ་། །མི་སྤང་བ་ནི་དང་པོ་ནས་འབྱུང་  
འགྱུར་མི་འགོག་པའོ། །མི་སེལ་བ་ནི་བྱུང་ཟིན་འཕྲོ་མི་གཙོད་པའོ། །མི་སྟན་པ་སྤྲོ་བ་  
ལ་སེལ་ཐབས་མ་བྱས་ཀྱང་ལྟང་བ་མེད་པ་ལ་བརྗོད་མཁན་གྱི་སྟོན་ནས་ནི། ལྷ་སྟེགས་  
ཅན་དང་བརྟ་སྤྲད་ཀྱང་ཡིད་མི་ཆེས་པ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་གང་ཟག་དང་ཁྲོ་བས་  
ཟིལ་གྱིས་ནོན་ནས་ནན་གྱིས་བརྗོད་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །འགྲེལ་བ་གསུང་མར་གཞན་  
ལྷ་སྟེགས་ཅན་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཞེས་དང་པོ་གཉིས་ལྷ་སྟེགས་ཅན་དུ་བྱས་པ་ནི་  
གཞུང་དང་མི་མ་ཐུན་ལོ། །

བརྗོད་བྱའི་སྟོན་ནས་ནི། རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་སྤོང་མོ་སྤྱོད་པ་དང་དགེ་བ་སྤྱོད་  
པའི་གཞིས་མི་སྟན་པ་བརྗོད་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །གཞན་དོན་གྱི་སྤྱོད་པ་རྩལ་མོས་སྤྲུག་  
པ་ནི། ཉོན་མོངས་བཅས་ཀྱང་འཆོས་མི་བྱེད། ཅས་པ་སྟེ་པ་རོལ་མི་དགའ་བའི་གཞོད་  
པའི་ཐབས་དང་ལུས་དག་གི་སྤྱོད་པ་མི་སྤྲུག་པའི་ཆད་པས་འདུལ་བའི་ཐབས་དག་པོ་  
གང་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་མཐོང་བཞིན་དུ་གཞན་མི་དགའ་བ་བསྤང་  
བ་ཅམ་གྱི་བྱིར་ཐབས་དེ་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ལོ། །མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་

ནི་དེ་བྱས་པས་པ་རོལ་ལ་ཆེ་འདིའི་དོན་ཚུང་དུ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ལ་གཞི་དེས་དེ་ལ་  
ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའོ། །གཞན་གྱི་དོན་ཚུང་ལ་རང་ཉིད་གྱི་ཆོག་གས་  
ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་ལ་འགྲེལ་བ་རྣམས་གྱིས་བཤད་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །འགྲེལ་བ་  
གསར་མས། ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པ་ནི་དག་པོའི་སྒྱུར་བའོ། །དེ་འགའ་ཞིག་གིས་  
མ་ཡིན་གྱི་འཇམ་པོའི་སྒྱུར་བས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀྱང་གི་སྤྱིའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་དག་  
པོ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་འཇམ་པོས་ཀྱང་མ་བཅོས་ན་ཞེས་གསུངས་ཏེ་འདི་ལ་དོགས་པ་གོ་  
ལོག་པ་ལྟ་བུར་སྤང་རོ། །དེས་ན་པ་རོལ་ཉོན་མོངས་པའམ་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་དང་  
བཅས་པ་འཆོས་རྒྱས་ཀྱང་མི་འཆོས་ན་ཞེས་བཤད་དགོས་པ་འདྲའོ། །ཉེས་བྱས་དེ་  
གཉིས་ནི་རིམ་བཤར་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་དམ་ཤེས་བཞིན་དུ་སྒྱུར་ཅིང་རང་གི་འཁྱུལ་བ་  
ཤེས་ལ་ཤེས་ནས་ཀྱང་སྒྲོང་བ་དང་སེམས་ཅན་དོན་གྱི་སྤྱད་དབབ་པས་དམ་པར་  
གྱུར་བ་ལས་ཉམས་པར་འགྲེལ་བ་གསར་མར་བཤད་དོ། །བཟོད་པ་དང་འགའ་བ་ལ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་བཟོད་པའི་རྒྱ་ལ་མི་གནས་པ་ནི། གཤེ་ལ་ལན་དུ་གཤེ་ལ་  
སོགས། ཞེས་པ་སྟེ་དགེ་སྒྲོང་གི་ཆོས་བཞི་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་ཅན་  
ནོ། །དེ་ལ་གཤེ་བ་ནི་ཁྲིས་ནས་སྒྱུ་བའི་ཆོག་གོ། །སོགས་གྱིས་བསྟུས་པ་ཁོ་བ་ལ་ཕྱིར་  
ཁོ་བ་ནི་ཁྲོར་གཞུག་པའི་བསམ་པ་ཅན་གྱི་དགའ་མི་སྤྱག་པའོ། །དེག་པ་ལ་ཕྱིར་བརྟེན་  
པ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་པའི་བསམ་པས་བསྐྱུན་པའོ། །མཆོང་འབྱུང་བ་ལ་ཕྱིར་མཆོང་  
འབྱུང་བ་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་ཉེས་པ་སྐྱེད་པའོ། །

གཉིས་པ་ཁོ་བའི་རྒྱན་མི་འགོག་པ་ལ་གཉིས་ལས། རང་གིས་མི་འགོག་པ་ནི།  
ཁྲིས་པ་རྣམས་ནི་ཡལ་བར་འདོད། ཞེས་པ་སྟེ། རང་གིས་གཞན་ལ་ཉེས་པ་བྱས་



བཤམ་མ་བྱས་ཀྱང་གཞན་བྱས་བར་དོགས་པ་གཉིས་གང་རུང་ལ་སྐྱལ་དོག་ཤིང་ཆེ་  
བའི་ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་སམ་དམན་བར་སོང་ན་རྡོ་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཆུལ་  
དང་མཐུན་བར་ཤད་སྤྱང་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །སེམས་གཞན་གཉིས་དང་  
བག་མེད་གྱིས་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། །མ་བྱས་ཀྱང་ལྟོང་བ་  
མེད་པ་ལ་དགོས་པའི་སློན་ནས་ནི་ཐབས་དེས་འདུལ་འདོད་པའོ། །ཤད་སྤྱང་བྱ་བའི་  
ཡུལ་གྱི་སློན་ནས་ནི། ལྷ་སྟེགས་ཅན་དང་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཁ་ན་མ་ཐོབ་དང་བཅས་པ་  
ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པས་ཤད་སྤྱང་བྱེད་དུ་འབྱུག་འདོད་པ་དང་། ཤད་སྤྱང་བྱས་ན་སྐྱར་  
འབྱུག་པ་སྦྱེ་བའི་འཐབ་ཀྲོལ་ཅན་ཅོད་པ་བྱེད་པ་དང་ཤད་སྤྱང་བྱས་མ་བྱས་གང་ལ་  
ཡང་སེམས་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བཟོད་པའི་ངང་རྒྱལ་ཅན་དང་། ཤད་སྤྱང་མི་འདོད་  
བཤམ་དེས་རྡོ་ཆེ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་ལྷོད། །ཕྱི་མ་འདི་གཉིས་གཞུང་ནས་གཅིག་ལྟར་  
གསུངས་ཀྱང་འགྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོར་སྤལ་བ་ལྟར་བྱས་པའོ། །གཞན་གྱི་མི་  
འགོག་པ་ནི། བ་རོལ་ཤད་གྱིས་འཆགས་པ་སྤོང་། ཞེས་པ་སྟེ། ཅོད་པ་གང་ལ་གཞན་  
ལ་ཉེས་པ་བྱུང་བ་དག་ཆོས་བཞིན་དུ་མཐུན་བར་ཤད་སྤྱང་བྱེད་ཀྱང་ཀྱན་ནས་མནར་  
སེམས་དང་ལྡན་ཞིང་གཞན་ལ་འཆེ་བའི་མཐོ་འཆོམ་པའི་བསམ་བསམ་ཤད་སྤྱང་མི་  
ཉན་པ་སྟེ་མི་ལེན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། སྤང་བ་མེད་ཀྱང་མི་བཟོད་པའི་ངང་རྒྱལ་  
ཅན་ཏེ་ལེན་མི་འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ལེན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། །མ་  
སྤངས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་དགོས་པའི་སློན་ནས་ནི། ཐབས་དེས་འདུལ་འདོད་པའོ། །  
ཡུལ་གྱི་སློན་ནས་ནི། ཆོས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པར་ཤད་  
སྤྱང་བྱེད་པའོ། །དེ་ལ་སྤྲ་མ་ནི་མི་རིགས་པ་དང་ཕྱི་མ་ནི་ཆོག་ཙམ་གྱིས་བྱེད་

བཤོ། བྱི་མ་ལ་སྒྲོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་འགྲེལ་པ་གསར་ཉིད་གཉིས་སུ། དུས་མ་ཡིན་པར་  
 "ཞེས་ཀྱི་གསུངས་པ་ལྟར་ན་དེ་མ་ཐག་ཤད་སྐྱང་མི་བྱེད་པར་གསུངས་པའི་དུས་ལ་  
 བཤོ། འགྲེལ་པ་གསར་མར་ཟུ་སྟེགས་ཅན་དང་འཐབ་གྲོལ་ཅན་ལ་ཡང་ཉེས་མེད་དུ་  
 འཆད་དོ། གསུམ་པ་གཉེན་པོ་ལ་མི་གནས་པ་ནི། ཁྱོས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 འཇུག། ཅེས་པ་སྟེ། གཞན་ལ་ཁྱོ་བའི་བསམ་པ་དང་པོར་བྱུང་ཞིང་རྒྱུན་མི་གཏོང་བས་  
 "འཛིན་ཀྱི་ལ། ཉེས་པར་མི་ལྟ་ཞིང་གཉེན་པོ་མི་བསྟེན་པས་བྱུང་བ་དང་དུ་ལེན་ན་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པའོ། སྤང་བའི་ཕྱིར་འབད་ཀྱང་མ་ལོག་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི་  
 སྤང་བ་ཤད་པ་ལྟར་ལོ། འདི་ཁྱོ་བ་བྱུང་བ་འཛིན་པའི་ཉེས་པར་སློབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་  
 བཟང་པོ་བཞེད་དོ། ཉེས་བྱས་བཞི་ཡི་དང་པོ་གཉིས་རིམ་པ་ལྟར་སྒྲོམ་པ་དང་དགེ་བ་  
 སྤྱད་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་ལ་ཕན་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་ཚུལ་  
 འཆལ་གྱི་གཞིར་བྱུང་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་ཉོན་དང་དུ་མི་ལེན་པ་ལས་ཉམས་  
 བར་འགྲེལ་པ་གསར་མས་བཤད་ཅིང་བྱི་མ་གཉིས་ལ་གསལ་ཁ་མི་སྤྲང་ངོ། །

བཙོན་འགྲུས་དང་འགལ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྦྱོར་བ་དམན་པ་ནི།  
 བསྟེན་བཀུར་འདོད་ཕྱིར་འཁོར་ནམས་སྤྱད། ཅེས་པ་སྟེ། ཁྱུས་ལ་སོགས་པའི་རིམ་  
 གྲོ་དང་སྟན་འདིངས་པ་དང་ལས་སུ་མི་བསྐྱོ་བ་སོགས་ཀྱི་བསྟེན་བཀུར་ལ་ཞེན་ཏེ་  
 རྗེས་འབྲུལ་དུ་རེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱིས་འཁོར་སྤྱད་  
 བ་ཉོན་མོངས་ཅན་ལོ། ཟང་ཟིང་མེད་པའི་བསམ་པས་བསྐྱུས་པ་ན་རིམ་གྲོ་སོགས་  
 བྱེད་པ་བདག་གིར་བྱས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། སྦྱོར་བ་མེད་པ་ནི། ལེ་ལོ་ལ་སོགས་

༡ ཞས

༢ འཇུན

སེལ་མི་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། སྟོམ་ལས་དང་ལེ་ལོ་སྦྱེས་ཏེ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་གཉིད་  
ཀྱི་བདེ་བ་དང་མཉམ་དུ་ཉལ་བའི་བདེ་བ་དང་སྒྲོས་འབེབས་པ་སྟེ་སྟེས་པའི་བདེ་བ་  
དུས་མིན་པ་ཉིན་མོ་དང་མཆན་མོའི་དུས་ལ་ཡང་ཆོད་མི་ཟེན་པ་སྟེ། ཉམ་གྱི་གུང་  
ཐུན་མ་གཏོགས་པ་ཆ་སྟོང་སྤང་ལ་བདག་གིར་བྱེད་ཅིང་སེལ་བར་མི་བྱེད་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པའོ། །བདག་གིར་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་ཉེན་གྱི་སྒྲོན་ནས་ནི།  
ན་སྟེ་མི་རྒྱས་པ་དང་ལམ་བཟོད་པས་དུབ་པ་དང་དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་བསྐྱེད་པ་  
སྤར་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཆགས་པ་ནི། ཆགས་པས་བྲེ་མོའི་  
གཏམ་ལ་སྟེན། ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱལ་སྒོན་ཆོས་རྒྱན་བྱད་མེད་དང་འདོད་པ་ལ་སོགས་  
པའི་འདུ་འཛིའི་གཏམ་ལ་རྒྱན་རྒྱ་ཆགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་དུས་ཡོལ་བར་བྱེད་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པའོ། །བརྟེན་པས་བྱས་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་  
པའོ། །འདི་གཞན་ལ་ཉན་པ་ཅམ་བྱས་པས་དུས་ཡོལ་བ་དང་དུས་ཡོལ་བ་ཡང་སྤྲོ་  
ལས་ཕྱི་ངོ་དང་དེ་ལས་སྟོད་དུ་ཐལ་བ་སོགས་ལ་ས་སུ་བྱས་འཆད་དོ། །ཉན་པ་དང་  
སྤྲས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་ཉན་མཁན་གྱི་སྒྲོན་ནས་ནི། བ་རོལ་སྤྲ་ཞིང་འདུག་པ་ལ་ཉན་  
པ་དེ་ཡང་ངན་པ་ལ་གནས་བཞིན་དུ་བ་རོལ་གྱི་ངོར་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཉན་པའོ། །

གཏམ་གྱི་སྒྲོན་ནས་ནི། ཡ་མཆན་བའམ་མཆར་གཏམ་ལ་ཤར་ལ་འབྲི་བ་ཅམ་  
དང་ཚུར་ལ་འབྲི་བའི་ལན་འདེབས་པ་ཅམ་བྱེད་པའོ། །སྒྲོབ་པ་ལ་བཙོན་པ་ལ་ནི་དེ་  
ཡང་ཉེས་པ་ཡིན་པར་ངོ་རྒྱུ་ཏེ་སོགས་འཆད་དོ། །ཉེས་བྱས་དེ་གསུམ་ནི། སེམས་  
ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཞིན་དུ་ཆོགས་པ་སྤྱད་པ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་བཙོན་འགྲུས་  
ཀྱི་ཤར་ཕྱིན་དང་སྤོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འདུ་འཛིའི་ནང་དུ་ལོང་གཏམ་ངན་པ་དང་

དུ་མི་ལེན་པ་ལས་ཉམས་པར་འབྲེལ་བ་གསར་མས་བཤད་དོ། །བསམ་གཏན་དང་  
འགལ་བ་ལ་གསུམ་ལས། སྒྲོར་བའི་ཉེས་པ་ནི། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དོན་མི་ཆོ་ལ། ཞེས་  
བ་སྟེ། སེམས་མཉམ་པར་འཛིན་པར་འདོད་པ་ལ་མནར་སེམས་དང་རྒྱལ་གྱིས་  
སེམས་གནས་པ་ལས་བརྒྱམས་པའི་གདམས་དག་གཞན་ལ་འོད་དུ་མི་འགོ་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་  
བཤོ། །མི་གཞོད་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་ནི། བ་སྟེ་མི་རྒྱས་པ་དང་  
གདམས་དག་ལོག་པ་བྱུང་དོགས་པ་དང་། བདག་མང་དུ་ཐོས་པ་ཡིན་ཏེ་སེམས་  
མཉམ་པར་འཛིན་རྒྱས་སམ་གདམས་དག་གིས་གདམས་དག་གི་བྱ་བ་བྱས་ཐེན་པ་  
སྟེ་གསུམ་མོ། །དངོས་གཞིའི་ཉེས་པ་ནི། བསམ་གཏན་སྐྱབ་པ་སྒོང་མི་བྱེད། །ཅེས་  
བ་སྟེ། བསམ་གཏན་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་སྐྱབ་པ་ལྔ་པོ་གང་ཡང་རྒྱུང་བ་བྱུང་བ་དང་  
དུ་ལེན་ཞིང་སེལ་བར་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ལོ། །དེ་སྤང་བའི་བྱིར་འདུན་པ་སྤྱིད་  
པ་སོགས་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི་སྤང་བཞིན་ལོ། །

སྐྱབ་པ་ལྔ་ནི། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། རྟོན་དང་འབྱོད་དང་གཞོད་སེམས་  
ཟུགས་པ་དང་། །གཉིད་དང་འདོད་ལ་འདུན་དང་ཐེ་ཆོམ་སྟེ། །སྐྱབ་པ་ལྔ་པོ་འདི་དག་  
དགེ་བའི་ནོར། །འཕྲོག་པའི་ཆོམ་རྒྱན་ལགས་པར་རིག་པར་མཛོད། ཅེས་གསུངས་  
བ་ལྟར་ཏེ་རྟོན་འབྱོད་གཉིས་སྐྱབ་པ་གཅིག་དང་གཉིད་ཟུགས་གཉིས་སྐྱབ་པ་གཅིག་  
ཏུ་བྱའོ། །འདི་ལ་གཉིས་སྤྱང་བྱ་སྐྱབ་པ་དང་དེ་འཛེན་པའི་ཆོས་ངོས་གཟུང་བ་དང་།  
རི་ལྟར་སྤྱང་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་ནི། གཟུགས་སྤྱ་སོགས་  
ཡུལ་ལྔ་ལ་སྟེན་ཅིང་འདུན་པས་སེམས་ཡུལ་ལྔའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་སྟེ་དེ་འཛེན་པ་ནི་



པར་བཟུང་ནས་སེམས་གསལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་  
དགེ་འདུན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་གཏོང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷ་རྩེས་སུ་བྲན་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་དང་བར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་ལ་གཏད་ནས་སེམས་གཟེངས་བསྟོད་པ་  
དང་ཕྱོགས་སུ་དང་ཆེ་བ་དང་སྐར་མ་ལ་ལྟ་བ་དང་གཏོང་ཚུས་འབྱུང་བའོ། །ཚོད་འགྲོད་  
ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་སེམས་ནང་ཁོ་ནར་ཡང་དག་པར་འདོག་ཅིང་རྒྱད་ཅིག་ཏུ་ཉིང་  
འཛིན་དུ་བྱེད་པའོ། །ཐེ་ཆོམ་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་འདས་པའི་དུས་སུ་བྱུང་བ་དང་མ་  
འོངས་པ་ན་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་བདག་ནི་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཅམ་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་སུ་མཐོང་  
ནས་ཡོད་པ་ཡང་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཡང་མེད་པར་སྒོ་སྐྱར་དང་བྲལ་བར་ཚུལ་བཞིན་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །གཞན་ཡང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་གསུང་རབ་ལས་སྒྲིབ་པ་ལྟ་དང་  
དེ་དག་འབྲེན་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཉེས་དམིགས་ཀྱིས་སྤྲད་པ་དང་དེ་དག་དང་བྲལ་བ་  
ལ་པན་ཡོན་ཀྱིས་བསྟོད་པའི་ཆོག་རྣམས་འདོན་ཞིང་དོན་སེམས་པ་སོགས་བྱས་ན་  
མ་སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེས་པ་འང་ལྡོག་པར་འགྱུར་རོ། །བདག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
སྒྲོར་བ་ནི། སྒྲིབ་པ་ལྟ་པོ་གང་རུང་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་སྒྲིབ་པ་དེས་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་  
མོངས་པ་དང་ཤེས་རབ་རྒྱུད་བ་དང་དགེ་བ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པས་བདག་གི་ཚུལ་དང་  
མི་མ་ཐུན་པར་རིག་ནས་ངོ་ཆ་བར་བྱེད་ཅིང་དང་དུ་མི་ལེན་པར་སེལ་བར་བྱེད་  
པའོ། །འདིག་ཉེན་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྒྲོར་བ་ནི། སྒྲིབ་པ་ལྟ་པོ་གང་རུང་སྐྱེས་  
པ་འཕྲུ་སྐྱེ་བའི་དུས་ཉེ་བར་གནས་པ་ན། བདག་གིས་འདི་དག་བསྐྱེད་ན་ནི་བདག་སྟོན་  
པ་དང་བསམ་པ་ཤེས་པའི་ལྟ་དང་གྲོགས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོད་པར་འགྱུར་རོ་  
སྟུང་ནས་མ་སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེ་ཅིང་སྐྱེས་པ་སྒྲོར་བའོ། །

སྤྱོད་ལམ་རི་ལྟ་བུས་སྤྱོད་བ་ནི། གཉིད་སྤྲུགས་ལ་ནི་ལངས་ཏེ་པན་ཚུན་དུ་  
འཆག་ཅིང་སྤྱོད་བ་ཡིན་ལ་གཞན་བཞི་ལ་སྦྱིལ་མོ་ཀྱང་ལེགས་པར་བཅས་བྲན་པ་  
སྤྲུགས་པར་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་དང་དུ་མི་ལེན་ཅིང་སེལ་བ་ནི་ཉིང་དེ་  
འཛིན་གྱི་དུས་ཁོ་ནར་མི་གཟུང་གི་ཐམས་ཅད་དུ་འོ། །རྗེས་ཀྱི་ཉེས་བ་ནི། བསམ་  
གཏན་རོ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྷུ་ཞེས་པ་སྟེ། གསམ་གཏན་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པའི་ཆེ་དེའི་རོ་སྤང་  
བ་སྟེ་དགའ་བདེ་སོགས་ལ་སྟེད་ཅིང་རོ་སྤང་བ་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་  
ནོ། །དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་འབྲུན་བ་སྦྱེད་པ་སོགས་ལ་ཉེས་བ་མེད་པ་ནི་སྤང་བཞིན་  
ནོ། །འབྲེལ་བ་དག་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཆོག་ཤེས་བྱས་པའི་ཉེས་བར་འཆད་དེ་  
འབྲིག་པར་མི་སྤང་ངོ་། །ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་སྦྱེས་ཀྱང་དེའི་རྒྱན་གནས་པ་དང་ཁྱད་པར་  
དུ་འགྲོ་བ་ལ་བར་ཆད་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་བཞི་སྟེ་རོ་སྤང་ཅན་དང་རྒྱལ་ཤས་ཆེ་བ་  
དང་མ་རིག་པ་ཤས་ཆེ་བ་དང་ལྟ་བ་ཤས་ཆེ་བ་སྟེ་བཞི་འོ། །ཉེས་བྱས་དེ་གསུམ་ནི་  
རིམ་པ་ལྟར་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྦྱབ་པ་དང་རྟོག་པ་ངན་པ་མི་  
སེམས་ཤིང་དགོ་བ་སྤྱད་པའི་སྟོམས་འཇུག་གིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་དུ་མི་ལེན་པ་  
དང་དགོ་བ་སྤྱད་པའི་སྟོམས་འཇུག་གིས་རོ་སྤང་བ་དང་དུ་མི་ལེན་པ་ལས་ཉམས་  
པར་འབྲེལ་བ་གསར་མས་བཤམ་དོ། །

ཤེས་རབ་དང་འགལ་བ་ལ་གཉིས། དུལ་དམན་པ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། མཆོག་  
དང་འབྲེལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་ལས། ཐེག་དམན་སྤོང་བ་ནི། ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་སྤོང་  
བར་བྱེད། ཅས་པ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་ཉན་  
པར་མི་བྱེད་ཆོག་དང་དོན་བསྐྱེད་བར་མི་བྱ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱབ་པར་མི་བྱ་སྟེ་དེ་དག་

བྱས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་དོ་ཞེས་རང་དེ་ལྟར་ལྟ་ཞིང་གཞན་ལ་དེ་སྐད་སྒྲ་ན་ཉན་  
མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་ལོ། །འདི་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཉན་ས་སོགས་ཐེག་དམན་ལ་  
དགོས་ཀྱང་བྱང་སེམས་ལ་མི་དགོས་སྟུང་དུ་འཛིན་པས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་གཏན་  
སྟོང་བ་མིན་ལ་སོ་ཐར་སྟོང་དུ་འཇུག་པའི་རྩ་ལྟར་དང་ཡང་བྱད་པར་ཆེད། །དེ་ལྟ་བུ་  
ལ་ཉེས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ནི་སྤྲ་སྟེགས་ཀྱི་བསྟན་  
བཅོས་ལ་ཡང་བརྩོན་པར་བྱ་དགོས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་སྟོས་ཅི་དགོས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །བཅས་པ་འདི་ནི་ཆོས་རྒྱས་ཚུང་བ་རྣམས་ཐེག་ཆེན་པ་ལ་སོ་ཐར་གྱི་  
བཅས་པ་ལ་སྟོབ་པ་སོགས་མི་དགོས་སོ་ཞེས་ཆོས་ཀྱིས་པོངས་པར་འགྱུར་བའི་  
ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་གསོག་པའི་གཡང་ས་ཆེན་པོ་འགོགས་པའི་གདམས་པ་མཆོག་གི་  
གོ། །ཐེག་ཆེན་པ་གང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལྟར་ལེན་པའི་འདུན་པ་  
བརྒྱུག་ནས་ཐེག་ཆེན་ལ་འདུན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ན་རྟེན་གྱི་སྟོན་ས་ལྟར་བ་མེད་  
དོ། །མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེ་ལ་བརྩོན་པའི་ཉེས་པ་ནི། རང་ཚུ་ལ་ཡོད་བཞིན་དེ་ལ་བརྩོན།  
ཞེས་པ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤེ་སྟོད་ལ་བརྩོན་པ་བྱར་ཡོད་བཞིན་དུ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཐམས་ཅད་དུ་ཡལ་བར་བོར་ནས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤེ་སྟོད་ལ་བརྩོན་པར་བྱེད་ན་ཉན་  
མོངས་ཅན་ནོ། །དེས་ན་ཐེག་ཆེན་ལ་བརྩོན་པ་མ་བྱང་བའི་རང་ནས་ཐེག་དམན་གྱི་  
སྤེ་སྟོད་ལ་སྟོབ་དགོས་སོ། །

སྤྲ་སྟེགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པར་བྱེད་པ་ནི། བརྩོན་མིན་ཕྱི་  
རོལ་བསྟན་བཅོས་པ་ཚོན། ཞེས་པ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་བརྩོན་པ་བྱར་  
ཡོད་ན་དེ་མ་བྱས་པར་སྤྲ་སྟེགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཕྱི་རོལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་བརྩོན་



པར་བྱ་བ་མེན་པ་ལ་རང་གི་གཞུང་ལ་བཙོན་པར་མ་བྱས་པར་དེ་ལ་བཙོན་པར་བྱེད་  
ན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་ལོ། །ཕྱི་རོལ་གྱི་བསྟན་བཙུག་ནི་ཕྱི་རོལ་པའི་རྟོག་གི་  
དང་སྤེའི་བསྟན་བཙུག་ལ་ས་སྤྱད་ས་འཆད་དོ། །སྤྱི་མ་ལ་བཙོན་པའི་གཞི་ལ་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་དགོས་ལ་འདི་ལ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གོ། རྟོན་  
གྱི་སྟོན་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་ཡིད་གཞུངས་པ་དང་ལྟོས་རྒྱུན་པ་དང་ཡུན་རིང་དུ་མི་བརྟེན་  
པར་རྒྱས་པ་དང་དོན་སེམས་པ་དང་རྟོགས་པར་བྱེད་རྒྱས་པ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་རབ་ལ་རིགས་པས་རྟོགས་པ་དང་ལྟན་པས་སྟོ་མི་འགྱུར་བ་དང་ལྟན་ཏེ་ཕྱི་  
རོལ་གྱི་བསྟན་བཙུག་ལས་ཉེས་འགྱུར་གྱིས་ཉོན་གཅིག་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་རབ་ལ་བཙོན་པར་བྱེད་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཞུང་ལ་བཙོན་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་  
དོ། །དེ་ལ་ཡིད་གཞུངས་པ་ནི། ཡུན་སྤང་དུས་ཀྱང་བྲན་རྒྱས་པ་དང་དོན་སེམས་པ་ནི་  
སྟོན་པ་དང་དོན་རྟོགས་པར་རྒྱས་པ་ནི་ཤེས་རབ་གསལ་བ་དང་གསུང་རབ་རིགས་  
པས་རྟོགས་པ་ནི་ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་ལ་རྩི་ན་སྤྱད་ས་བཤད་  
དོ། །ལྟོས་སྤྱེན་པ་ནི། སྤྱར་བར་ལོབས་པ་ལོ། །དགའ་བཞིན་དུ་སྤྱ་སྟེགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་  
བཙོན་པའི་ཉེས་པ་ནི། བཙོན་པར་བྱས་ཀྱང་དེ་ལ་དགའ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱར་བཤད་  
པ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་དང་མི་འགའ་བར་སྤྱ་སྟེགས་ཀྱི་བསྟན་བཙུག་ཕྱི་རོལ་གྱི་བསྟན་  
བཙུག་ལ་མཁས་པར་བྱེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ན་སྤྱན་ཆ་བ་ལ་བསྟེན་པ་བཞིན་དུ་  
བྱེད་དགོས་པ་ལ། དེ་མི་བྱེད་པར་དང་ཐོར་མཛོན་པར་དགའ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བྱེད་  
ཅིང་བར་དུ་དེས་དགའ་བར་འཛིན་ལ་ཐ་མར་རངས་པར་བྱེད་ཀྱི་ན་ཉོན་མོགས་ཅན་

གི་ཉེས་པ་ལོ། །དེས་ན་མི་འདྲི་བ་ཞིན་དུ་དགོས་པ་འདི་དབང་གིས་འཇུག་པ་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཉེས་བྱས་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། དགེ་བ་སྤྱད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལོག་ལྟ་སྟོང་བ་ལས་ཉམས་པ་དང་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ནི་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་ཐོས་བསམ་ལ་སྦྱོར་བ་ལས་ཉམས་པར་འགྲེལ་བ་གསུང་མས་བཤད་ཅིང་བཞི་པ་ལ་གསལ་ཁ་མི་སྤར་ངོ་། །ཡུལ་མཆོག་དང་འབྲེལ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡུལ་སྟོང་བ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་བར་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་སྟོང་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་བྱས་སོ། །དེ་ལ་ཅི་ཞིག་ཐོས་ནས་སྦྱར་བ་འདེབས་ཤིང་། སྡེ་སྟོང་དེ་ལས་དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ཟབ་མོའམ་སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་མདྲ་དུ་བྱུང་བའི་མཐུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལས་བརྒྱུ་མས་ཏེ་སོ་སྟེའི་ཡུལ་མིན་པས་ཟབ་པ་ཉན་རང་གི་ཡུལ་མིན་པས་མཆོག་ཏུ་ཟབ་པ་བསྟན་པ་དག་ཐོས་ནས་དེ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ཤིང་མ་མོས་ནས་སྦྱར་བ་འདེབས་སོ། །དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ནས་མཐུ་ལས་བརྒྱུ་མས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཕྱོགས་གང་རུང་གཅིག་ལ་སྦྱར་བ་བཏབ་ན་ཉེས་བྱས་སུ་སྟོན་ནོ། །སྦྱར་བ་འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི་བཞི་སྟེ་འདི་དག་བརྗོད་བྱ་དམན་པ་འཕམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉེན་མིན་པས་དོན་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཅོད་བྱེད་དམན་པ་འཕམ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཉེན་མིན་པས་ཆོས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་བྱེད་པ་སོ་དམན་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་མ་ཡིན། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་སེམས་ཅན་ལ་པན་བདེར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐམས་ཅད་དམ་ཅེ་རེས་སྒྲ་བཤོ། །

སྦྱར་བ་འདེབས་པའི་རྒྱ་ནི། རང་གི་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་དམ་གཞན་གྱི་ཁ་

ཕྱིར་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ལོ། །ཆོས་སྤྱོད་བ་ལས་སེམས་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་ནི་ཟབ་ཅིང་  
མཆོག་ཏུ་ཟབ་པའི་གནས་དག་ཐོས་ནས་སེམས་མ་མོས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་  
དད་པ་དང་གཡོ་མེད་པས་འདི་ལྟར་བདག་ནི་ཁོང་བར་གྱུར་ཏེ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་མིག་མེད་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱན་གྱིས་རྗེས་སུ་སྤྱོད་པར་ཟད་པས་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དོན་གཞན་ལ་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་སྤང་བ་ནི་བདག་གི་  
བྱ་བའི་ཆ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བྱང་སེམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་  
བདག་ནི་མི་ཤེས་པར་བརྟེན་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་ཆོས་དེ་དག་ལ་སྒོ་ག་ཏུ་  
མ་གྱུར་པར་ཡང་དག་པར་ལྟ་ན་དེ་ལྟར་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །མོས་པ་མ་  
སྐྱེས་སུ་ཟེན་ཀྱང་སྐྱུར་བ་མི་འདེབས་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། །མདོ་སྤེའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་།  
ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པའི་རང་བཞིན་གཤུག་པ་སྟེ། །མི་རིགས་པ་ཡི་གཟུགས་ལའང་མི་  
རིགས་ན། །ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའི་ཆོས་ལ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །དེ་ཕྱིར་བཏང་སྟོམས་བཞག་  
ལེགས་ཉེས་པ་མེད། ཅེས་དང་། རིན་ཆེན་སྤང་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
དགོངས་གསུངས་པ་ནཱ་ས། །ཤེས་པར་སྤྱོད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཐེག་གཅིག་ཐེག་པ་  
གསུམ་གསུངས་པ། །བཏང་སྟོམས་ཀྱིས་ནི་བདག་བསྐྱུང་བ། །བཏང་སྟོམས་ཀྱིས་ནི་  
སྤྲིག་མི་འཁྱུར། །སྤང་བས་སྤྲིག་འཁྱུར་དགེ་མི་འཁྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་ལས་དང་  
པོ་པས་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོ་དང་མཐུན་པའི་མོས་པ་ཐོབ་པར་དཀའ་བས་མོས་པར་མ་  
རུས་ཀྱང་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

འབྲས་བྱ་ལ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་ནི། བདག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྟོད། ཅེས་  
པ་སྟེ། ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་དང་ཁོང་ཁྱོད་པའི་སེམས་ཀྱིས་གཞན་དག་ལ་བདག་

བསྟོད་ཅིང་གཞན་སྟོད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་ལོ། །ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པའི་  
སེམས་ནི་འགྲེལ་བ་གསར་མ་དང་ས་སྤྲུམ་སྟོན་སེམས་སམ་སྟེམས་པའི་སེམས་  
ལ་འཆད་དེ་ང་རྒྱལ་ལོ། །དི་ན་སྤྲུམ་བདག་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སེམས་ལ་  
བཤད་དེ་དོན་འབྲལ། །དེས་ན་མཐོ་པའི་སྐབས་དང་ཁྱད་པར་ཆེད། །བདག་བསྟོད་  
གཞན་སྟོད་བྱས་ཀྱང་དགོས་པའི་སྟོན་སེམས་པ་མེད་པ་ནི། བསྟན་པ་གནས་པར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་སྤྲུལ་གྲགས་ཅན་ཟེམ་གྱིས་གཞོན་འདོད་པའི་དུས་དང་ཐབས་དེས་གཞན་  
འདུལ་བར་འདོད་པ་དང་གཞན་མ་དད་པ་ནམས་དད་པར་བྱ་བ་དང་དད་པ་ནམས་  
ཕྱིར་ཞིང་འབེལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱ་ལས་  
ཉམས་པ་ལ་གཉིས་ལས། རྩོམ་པ་ལ་མི་འཇུག་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད།  
ཅེས་པ་སྟེ། གཞན་ལ་ཆོས་སྟོགས་ཤིང་འཆད་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་འབེལ་བའི་གཏས་  
གཏན་ལ་འབེབས་ན་ང་རྒྱལ་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་དང་ལྡན་པས་མི་འགྲོ་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་ལོ། །སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་མི་འགྲོ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་  
པའི་ཉེས་པ་ལོ། །མ་སོང་ཡང་ཉེན་གྱི་སྟོན་སེམས་པ་མེད་པ་ནི། ཆོས་སྟོགས་པ་  
སོགས་མ་ཆོར་བ་དང་ན་སྟེ་མི་རྒྱས་པ་དང་ལོག་པར་སྟོན་དུ་དོགས་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་  
གཏས་དེ་ཡང་ཡང་རྩོམ་ཤིང་བཟུང་ལ་ཤེས་ཟིན་པར་ཤེས་པ་དང་མང་དུ་རྩོམ་པ་  
རྩོམ་པ་འཛིན་པ་རྩོམ་པ་བསགས་པ་ཡིན་པ་དང་རྟག་ཏུ་དམིགས་པ་ལ་གནས་ཏེ་ཉིང་  
དེ་འཛིན་སྐྱབ་པ་དང་ཤེས་རབ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་ཏེ་ཆོས་ལེན་པ་དང་འཛིན་པ་དང་  
དམིགས་པ་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ལ་ཞེན་པ་སྟེ་བདུན་ནོ། །མང་དུ་རྩོམ་པ་སོགས་

གསུམ་ནི་ཐོས་པ་དང་ཤེས་པ་དང་རྫོགས་པའི་རྣམ་གྲངས་སོ། །ལེན་པ་སོགས་གསུམ་ནི་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་སོ། །

དགོས་པའི་སྒྲོན་པ་ནི། རང་ལ་ཆོས་སྤྱོད་པའི་སྒྲུབ་པའི་སེམས་མི་དགའ་བ་བསྐྱེད་བ་སྟེ་གཅིག་གོ། ཐོས་པའི་ཡུལ་ལོག་པར་སྤྱོད་པ་ནི། དེ་ལ་སྒྲོད་དང་མི་དགེ་རྟེན་ཞེས་བ་སྟེ། ཆོས་སྤྱོད་པའི་གང་ཟག་ལ་བསམས་བཞིན་དུ་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་སྟེ་སྤྱིར་ནས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་མི་སྦྱེད་པ་དང་ལུས་ཀྱིས་བཀྱར་སྟེ་མི་བྱེད་ལ་སྤྱོད་འབབས་པས་<sup>༡</sup>འབྱུང་གིང་ཆོག་ཅུབ་པོ་སྤྱོད་པས་བསྐྱེད་བར་བྱེད་པ་དང་ཆོག་འབྱུ་ལེགས་པ་ལ་ཆེད་ཆེར་བྱེད་པས་དེ་ལ་རྟོན་གྱི་དོན་ལ་<sup>༢</sup>ཆེད་ཆེར་མི་བྱེད་པས་དེ་ལ་མི་རྟོན་ན་རྟོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཉེས་བ་སྟེ། མདོར་ན་ཆོག་མི་ལེགས་ན་དོན་ལེགས་ཀྱང་དེ་ལ་མི་གནས་ལ་ཆོག་ལེགས་ན་དོན་མི་ལེགས་ཀྱང་དེ་ལ་གནས་པའོ། །ཁ་ཅིག་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་ཆོག་འབྱུ་ཙམ་འཆད་པར་ཟད་གྱི་དོན་མི་འཆད་པའམ་མི་ཤེས་སོ་ཞེས་སྒྲོད་པ་ལ་འཆད་པ་ནི་ཡི་གཤེད་དོན་ལ་ཡང་མ་ཞུགས་སོ། །དེས་ན་བྱང་སར་རྟོན་པ་བཞིའི་སྐབས་སུ་སྤར་ལྟར་གསུངས་པས་དེ་བཞིན་དུ་བྱའོ། །རྩི་ན་སུ་ཅ་དང་ས་སུ་བས་ཀྱང་ཆོས་ལ་མ་གྲུས་པའི་ཉེས་པར་བཤད་དོ། །ཉེས་བྱས་དེ་གསུམ་ནི་རིམ་བཤར་ལྟར་ལྟར་བ་དན་པ་སྒྲོང་བ་དང་ཐོས་པ་ལ་སྒྲོར་བ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་སྒྲུབ་པའི་རིམ་གྱི་བྱ་བ་ལས་ཉམས་པ་དང་ཡི་གེ་རྟོན་གྱི་དོན་ནི་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་ཁྱད་དུ་གསོད་པའི་དོན་དུ་ཆོག་འབྱུ་ལ་བརྟེན་པར་འགྲེལ་བ་གསུང་མས་བཤད་དོ། །

སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་དང་འགལ་བ་ལ་གཉིས། དོན་བྱ་བའི་ཡུལ་སྤྱི་དང་

༡ འབྱུ

༢ ཆད

འབྲེལ་བ་དང། གྲེ་བྲག་དང་འབྲེལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། རོན་མི་སྐྱབ་བ་ནི།  
དགོས་པའི་གྲོགས་སུ་འགྲོ་མི་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། བྱ་བ་གཏན་ལ་འབབས་བ་ནས་  
བསོད་ནམས་བྱེད་པའི་བར་བརྒྱད་ལ་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་གྲོགས་སུ་མི་འགྲོ་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའོ། །དེ་ལས་  
གཞན་རྣམས་ནི་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ་ཡང་དག་པའི་ཐ་སྙད་ནི་ཡུལ་སོ་སའི་  
སྐད་ཀྱི་ཐ་སྙད་མི་ཤེས་པ་ལ་དེ་སྟོབ་བར་གྲོ་ལུང་བས་བཤད་དོ། །མ་བྱས་ཀྱང་རྟེན་  
ཀྱི་སྟོན་མེས་པ་མེད་པ་ནི། ན་སྟེ་མི་རྒྱས་པ་དང་སྤར་གཞན་ལ་ཁས་སྦྲངས་བ་དང་  
རྒྱས་པ་གཞན་ལ་བཅོལ་བ་དང་དེ་བས་ཆེས་ལྷག་པའི་དགེ་སྤྱོད་ལ་བཙོན་བ་དང་  
རང་བཞིན་ཀྱིས་ཡིད་རྒྱལ་ཞིང་ལུང་འབོགས་མི་མཁས་པ་སྟེ་ལྟོ། །བྱ་བའི་སྟོན་མེས་  
ནི། གཞོད་པ་དང་ལྡན་པ་དང་ཆོས་དང་མི་ལྡན་པ་མི་རིགས་པའི་བྱ་བ་སྟེ་གཅིག་  
གོ་ཡུལ་ཀྱི་སྟོན་མེས་ནི། གྲོགས་འཆོལ་བ་རང་གིས་བྱེད་རྒྱས་པའམ་བྱེད་པའི་མགོན་  
དང་རྟེན་ཡོད་པའོ། །དགོས་པའི་སྟོན་མེས་ནི་ཐབས་དེས་འདུལ་བར་འདོད་པ་དང་  
གཞན་ཆེས་མང་པའི་མནར་སེམས་བསྐྱང་བ་དང་དགེ་འདུན་ཀྱི་ནང་ཁྲིམས་སྤང་བ་  
སྟེ་གསུམ་མོ། །གཞོད་པ་མི་སེལ་བ་ལ་གཉིས། སྐྱག་བསྐྱེད་མི་སེལ་བ་དང་། དེའི་རྒྱ་  
མི་སེལ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲེ་བྲག་མི་སེལ་བ་ནི། ནད་  
པའི་རིམ་གྲོ་བྱ་བ་སྤང་། ཞེས་པ་སྟེ། ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པ་དང་འཕྲད་པ་ན་སེམས་  
གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལ་ནད་གཡོག་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྲོ་དང་བསྟེན་བཀུར་མི་བྱེད་ན་  
ཉོན་མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའོ། །མ་  
བྱས་ཀྱང་རྟེན་ཀྱི་སྟོན་མེས་པ་མེད་པ་ནི། ན་སྟེ་མི་རྒྱས་པ་དང་རྒྱས་ཤིང་ནད་པའི་

ཡིད་དང་མཐུན་པ་ལ་བཅོལ་བ་དང་ཤེས་རབ་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་ལ་ལེགས་པར་ཆོས་སྟོན་  
མི་རྒྱས་ལ་ལེགས་པར་འཛིན་མི་རྒྱས་ཤིང་དམིགས་པ་ལ་སེམས་མཉམ་པར་འཛོག་  
མི་རྒྱས་པ་དང་སྤར་གཞན་ལ་ཁས་སྦྱངས་པ་སྟེ་བཞིའོ། །

ཡུལ་གྱི་སློན་ནས་ནི། བད་པ་མགོན་དང་རྟེན་ཡོད་པ་དང་རང་གིས་རང་གི་  
གཞུག་རྒྱས་པ་དང་བད་རྒྱན་རིངས་ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ་སོས་ཙམ་དུ་འདུག་པ་སྟེ་གསུམ་  
མོ། །དགོས་པའི་སློན་ནས་ནི། དག་ཕྱོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་བཙོན་པ་དེའི་བར་ཆད་དུ་  
འགྱུར་བ་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་ཏེ་གཅིག་གོ། །སྤྱག་བསྐྱུ་སྤྱི་མི་སེལ་བ་ནི། སྤྱག་བསྐྱུ་  
སེལ་བར་མི་བྱེད་པ། ཞེས་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གྱི་ལྟང་བ་དང་ལྟང་མེད་  
གྱི་ཚུལ་ནི་ནད་པ་དང་འབྲ་ལ་བསལ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱུ་བསལ་བསལ་ཚུལ་ནི་སྤར་བཤད་པ་  
བཞིན་ནོ། །སྤྱག་བསྐྱུ་གྱི་རྒྱ་མི་སེལ་བ་ནི། བག་མེད་རྣམས་ལ་རིགས་མི་  
སྟོན། ཞེས་པ་སྟེ། ཆེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་ཁྱགས་པའི་  
སེམས་ཅན་མཐོང་ན་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོན་མེད་པའི་རིགས་པ་དང་རྗེ་ལྟར་འཆོས་  
པའི་ཚུལ་བཞིན་མི་སྟོན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་  
མོངས་ཅན་མིན་པའོ། །མ་བསྟན་ཀྱང་རྟེན་གྱི་སློན་སེམས་པ་མེད་པ་ནི། རང་གིས་  
སྟོན་ཚུལ་མི་ཤེས་ཏེ་མི་རྒྱས་པ་དང་གཞན་བསྟན་རྒྱས་པ་ལ་བཅོལ་བ་སྟེ་གཉིས་  
སོ། །ཡུལ་གྱི་སློན་ནས་ནི། དེ་ཉིད་ཀྱིས་འཆོས་རྒྱས་པ་དང་དག་བཤེས་ཀྱིས་ཟིན་པ་  
དང་རང་ལ་ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་དང་ལྡན་ཞིང་བཀའ་སློལ་མི་བདེ་བས་ལོག་པར་  
འཛིན་པ་དང་རིགས་པ་བསྟན་པ་ལ་དགའ་ཞིང་གྲུས་པ་མེད་པས་དཔྱ་གྲོད་དུ་གྱུར་པ་  
སྟེ་བཞིའོ། །དགོས་པའི་སློན་ནས་ནི། མ་བསྟན་པའི་ཐབས་དེས་འདུལ་བར་འདོད་པ་སྟེ་

གཅིག་གོ། འདི་ཡང་རྒྱས་པར་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་གཤམ་པར་བྱའོ། འོན་ཀྱང་བའི་ཡུལ་  
 གྲེ་བྲག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་གཉིས། བན་མི་འདོགས་པ་དང་། ཚར་མི་གཙོད་  
 བའོ། འདར་ལོ་ལ་བྱག་ལས། འདར་ལོ་བན་བཏགས་པ་ལ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་ནི། བྱས་  
 ལ་ལན་དུ་པན་མི་འདོགས། ཞེས་པ་སྟེ་སེམས་ཅན་པན་འདོགས་པ་རྣམས་ལ་པན་  
 ལན་བྱེད་མི་འདོད་པས་བྱས་པ་མི་གཙོ་ཞིང་པན་བཏགས་པ་མི་བན་བའམ་མི་  
 སེམས་པས་བྱས་པ་མི་ཚོར་ཉེ་མནར་སེམས་ཀྱིས་དེ་བས་ཆེ་བའམ་མ་རྒྱས་ན་  
 མཉམ་བའམ་ཐ་ན་རྩེད་དུ་འཇུག་པའི་པན་ལན་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་  
 སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། །མ་བྱས་ཀྱང་རྟེན་  
 གྱི་སྒྲོན་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། པན་ལན་བྱ་བར་བསྐྱེམས་བཞིན་དུ་མ་རྒྱས་ཤིང་མ་  
 ལྷོགས་པ་སྟེ་གཅིག་གོ། འདོགས་པའི་སྒྲོན་པ་ནི། པན་ལན་མ་བྱས་པའི་ཐབས་དེས་  
 འདུལ་བ་སྟེ་གཅིག་གོ། །ཡུལ་གྱི་སྒྲོན་པ་ནི། དེ་ཉིད་པན་ལན་བྱེད་པ་དེ་མི་འདོད་པ་  
 སྟེ་གཅིག་གོ།

ཡིད་མི་བདེ་བ་ལ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་ནི། གཞན་གྱི་ཕྱ་ངན་སེལ་མི་བྱེད། ཅས་  
 པ་སྟེ། གཞན་ཉེ་དུ་དང་ལོངས་སྟོད་དང་བྲལ་བ་ལས་སྤྱར་པའི་ཕྱ་ངན་བྱང་བ་ལ་  
 མནར་སེམས་ཀྱིས་མི་སེལ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ནི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། །ལྟར་མེད་ནི་དགོས་པའི་གྲོགས་སུ་འགྲོ་མ་བྱེད་  
 དང་འབྲེལ་ཕྱ་ངན་གྱི་རྣམ་དབྱེད་དེ་བསལ་ཚུལ་ནི་སྤར་རྒྱས་པར་བཤད་ཟེན་  
 ཏོ། །བཞེན་པ་ལ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་ནི། རོར་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད། ཅས་པ་སྟེ།  
 ཟས་སྒྲོམ་སོགས་འདོད་པ་ཡང་དག་པ་སྟེ་རིགས་པ་དང་ལྷན་པའི་སྤོང་བ་པོས་སྤོང་



བ་ལ་ཡོ་བྱང་དེ་དག་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་མ་བྱིན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་དང་བག་མེད་པས་མ་བྱིན་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། །མ་བྱིན་ཡང་ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། རང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་དེ་དག་མེད་པ་སྟེ་གཅིག་གོ། །དངོས་པོའི་སྒོ་ནས་ནི། ཆེ་འདིའམ་ཕྱི་མར་སྒྲིན་སྒྲིད་པའི་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲོང་བ་པོ་དེ་ལ་མི་འཕྲོད་པའི་རྩལ་ཉེ་གཉིས་སོ། །དགོས་པའི་སྒོ་ནས་ནི། མ་བྱིན་པའི་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ་འདོད་པ་དང་དེ་ལ་བྱིན་ན་རྒྱལ་པོ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བ་བསྐྱར་བ་དང་དགོ་འདུན་གྱི་ནང་ཁྲིམས་སྤྱང་བ་སྟེ་གསུམ་སོ། །རང་གི་འཁོར་ལ་ལོག་པར་སྒྲུབ་པ་ནི། འཁོར་རྣམས་ཀྱི་ནི་དོན་མི་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། འཁོར་བསྐྱུས་པ་ལ་མནར་སེམས་ཀྱིས་གདམས་ངག་མི་འདོམས་ཤིང་རྩལ་སྤྱི་མི་སྟོན་པ་དང་པོངས་པ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་དུ་བྲམ་ཟེ་དང་བྱིས་བདག་དད་པ་རྣམས་ལས་གོས་ཟས་དང་མལ་ཆ་དང་སྟན་དང་ན་བའི་གསོས་སྤྲོད་དང་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཡོ་བྱང་རྣམས་ཆོས་བཞིན་དུ་མི་ཆོལ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་དང་བག་མེད་ཀྱིས་མི་འདོམས་ཤིང་རྩལ་སྤྱི་མི་སྟོན་ལ་ཆོལ་བར་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་པའོ། །དེ་དག་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། བ་སྟེ་སྒྲོར་མི་བཟོད་པ་དང་རྒྱས་པ་གཞན་ལ་བཅོལ་བ་སྟེ་གཉིས་སོ། །དགོས་པའི་སྒོ་ནས་ནི། མི་སྟོན་པ་དང་མི་ཆོལ་བའི་ཐབས་དེས་འདུལ་བར་འདོད་པ་དང་དགོ་འདུན་གྱི་ནང་ཁྲིམས་སྤྱང་བ་སྟེ་གཉིས་སོ། །ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་ནི། འཁོར་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའམ་རང་ཉིད་ཆོས་གོས་སོགས་ཆོལ་རྒྱས་པར་ཤེས་པ་དང་། གདམས་ངག་དང་རྩལ་བསྟན་གྱིས་དེ་དག་གི་བྱ་བ་བྲས་ཟེན་པ་དང་སྟོན་སྟེ་གསུམ་ཅན་ཡིན་པ་ལས་ཆོས་རྒྱར་

མོངས་ལ་དེ་ཡང་འདུལ་བའི་སྒྲུལ་བ་མེད་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གིས་  
བསྐྱུ་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

མ་ཐུན་པར་བྱ་བ་ལ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་ནི། གཞན་གྱི་སྒོ་དང་མ་ཐུན་མི་  
འདུག་ཅེས་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་སེམས་དང་མ་ཐུན་པར་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་  
མིན་གཉིས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །མ་ཐུན་པར་མ་བྱས་ཀྱང་  
རྟེན་གྱི་སྒོ་ནས་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། བ་སྟེ་སྒྲོར་མི་བཟོད་པ་སྟེ་གཅིག་གོ། །དགོས་པའི་  
སྒོ་ནས་ནི། གཞན་གྱི་འདོད་པ་དེ་མི་འཕྲོད་པ་སྟེ་དེ་ལ་སྒྲར་གཞོད་པར་འགྱུར་བའམ་  
ཡང་ན་དེས་རང་ལ་གཞོད་པ་དང་འདོད་པ་དེ་འཕྲོད་པ་ཡིན་ཡང་གཞན་ཆོས་མང་པོ་  
ལ་མི་འཕྲོད་ཅིང་མི་འདོད་པ་སྟེ་དེ་ལ་མི་དགའ་བའི་སེམས་བསྐྱུང་བ་དང་དགེ་འདུན་  
གྱི་ནང་ཁྲིམས་སྤང་བ་དང་སྤྲུལ་གསུམ་ཅན་ཆར་གཅོད་པ་དང་ཐབས་དེས་འདུལ་བར་  
འདོད་པ་སྟེ་ལྟའོ། །འདི་ཡང་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་ལོག་པར་  
སྐྱབ་པ་ནི། ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་མི་བྱེད། ཅེས་པ་སྟེ། གཞན་དག་གི་ཡང་དག་  
པའི་ཡོན་ཏན་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱགས་པ་མི་བརྗོད་པ་དང་  
ལེགས་པར་སྐྱས་པ་ལ་ལེགས་སོ་མི་སྟར་ན་སེམས་གཅིག་དང་གསུམ་གྱིས་ཉོན་  
མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་ཏུ་འགྱུར་བ་ནི་སྤྲུལ་ལྟར་རོ། །མ་བརྗོད་ཀྱང་རྟེན་གྱི་སྒོ་ནས་  
ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། བ་སྟེ་བརྗོད་པར་མི་རུས་པ་དང་པ་རོལ་པའི་གཏམ་རྗོགས་རྗོགས་  
སུ་སྟོད་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་ནི། རང་བཞིན་གྱིས་འདོད་པ་རྒྱུང་བས་  
ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་མི་དགའ་བ་ལ་དེར་ཤེས་པ་སྟེ་གཅིག་གོ། །བརྗོད་བྱའི་སྒོ་ནས་ནི།  
ཡོན་ཏན་དང་ལེགས་སྐྱས་ལྟར་སྤང་བ་སྟེ་གཅིག་གོ། །དགོས་པའི་སྒོ་ནས་ནི།

མ་བརྗོད་པའི་ཐབས་དེས་འདུལ་འདོད་པ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་ནང་ཁྲིམས་བསྐྱར་བ་  
དང་བརྗོད་ན་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྒྱགས་པ་དང་ཁེངས་པ་དང་གཞོད་པར་  
འགྱུར་དུ་དོགས་ནས་དེ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དང་སྤྱི་ལོགས་ཅན་ཆར་བཅད་པ་སྟེ་  
བཞིའོ། །ཆར་མི་གཙོད་པ་ལ་གཉིས་ལས། ཆོས་མིན་སྤྱད་པ་དབང་དུ་མི་བྱེད་པ་ནི།  
རྒྱན་དུ་འཆམ་པར་ཆར་མི་གཙོད། ཅེས་བ་སྟེ། སེམས་ཅན་སྤྱད་པ་དང་ཆད་  
པས་བཅད་པ་དང་བསྐྱད་པར་རིགས་པ་ནཱ་ས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱི་  
འབེབས་སམ་འབེབས་ཀྱང་ཆད་པས་མི་གཙོད་པའམ་གཙོད་ཀྱང་མི་སྒྲོད་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་དང་སེམས་གཞན་གཉིས་དང་བག་མེད་པས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་  
ཉེས་པའོ། །མ་བྱས་ཀྱང་རྟེན་གྱི་སྒོ་ནས་ཉེས་པ་མེད་པ་ནི། དུས་ལ་སྔོན་བ་སྟེ་གཅིག་  
གོ། །ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་ནི། གཏམ་བྱར་མི་རུང་བ་བཀའ་སྒྲོ་མི་བདེ་ཉེ་ཞིང་ཀྱན་ནས་  
མནར་སེམས་ཤས་ཆེ་བ་སྟེ་བཙུག་སྤྱི་རུང་བ་དང་ཤས་ཆེར་ངོ་ཆ་ཤས་པ་དང་  
ཁྲིལ་ཡོད་དང་ལྷན་པས་སྤྱར་བ་སྤྱར་བར་མཐུན་པར་བྱེད་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །དགོས་  
པའི་སྒོ་ནས་ནི། སྤྱི་འབེབས་པ་སོགས་བྱས་ན་འཐབ་པ་དང་“མཆོང་ཉི་འབྲུ་བ་དང་  
འབྱེད་པ་དང་ཚོད་པར་འགྱུར་བར་མཐོང་ནས་དེ་མི་འབྲུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་དགེ་  
འདུན་འཁྲུག་ཅིང་འབྱེ་བར་མཐོང་ནས་དེ་འགོག་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །

འཐབ་པ་སོགས་བཞི་ནི་དང་པོ་སྤྱི་ཡིན་ལ་ལྷག་མ་གསུམ་ནི་ཤགས་ངན་དང་  
ལག་གིས་འབྱེད་པ་དང་སྒྲིའི་གར་འབྱེད་པ་ལ་གྲོ་ལུང་བས་བཤམ་དོ། །བསྟན་པ་ལ་  
འགས་པ་སོགས་དབང་དུ་མི་བྱེད་པ་ནི། རྩ་འབྲུལ་སྟེག་ལ་སོགས་མི་བྱེད། ཅེས་བ་

༡ བད  
༢ མཆོང

སྟེ། རྩ་འབྲུལ་དང་མཐུ་སྒྲ་ཆོག་པ་དང་ལྷན་ན་སྒྲག་པར་བྱ་རིགས་པ་སྒྲག་པ་དང་  
 འདུན་པར་བྱ་རིགས་པ་རྣམས་འདུན་པར་བྱ་བ་དང་བསྟན་པ་ལ་གནས་ཀྱང་སྒྲོམ་པ་  
 དང་མི་ལྷན་ན་དད་པས་བྱིན་པ་མི་འཇུ་བས་དད་པས་བྱིན་པ་སྒྲོང་དུ་གཞུག་པའི་  
 བྱིར་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་སྒྲག་པ་དང་འདུན་པར་མི་བྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཉེས་  
 པའོ། །སྒྲོམ་པ་ཉི་ཤུ་པའི་འབྲུལ་པ་གཉིས་ཁ་ཅིག་ལས་ཉེས་བྱས་ཐ་མ་འདི་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་དུ་བཤད་པ་ནི་ཡི་གེ་མ་དག་པ་འདྲའོ། །སྒྲགས་སམ་རྩས་སྒྲོང་རོལ་ཞེས་  
 རྩ་འབྲུལ་ལ་སྒྲར་པའི་ཤས་ཆེར་ཞེན་པའི་ལུ་སྟེགས་ཡིན་ན་མ་བསྟན་ཀྱང་ཉེས་པ་  
 མེད་དོ། །ཉེས་བྱས་བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རང་རང་གི་  
 སྐབས་ལས་ཉམས་པར་འབྲེལ་བ་གསར་མས་བཤད་དོ། །སྦྱང་བཅེར་ལྷན་ཞིང་  
 བྱམས་བྱིར་དང་། །སེམས་དགེ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད། ཅེས་པའི་རྟེན་པ་གཉིས་ནི། སྒར་  
 བསྟན་པའི་སྒྲུབ་པ་དང་དགག་པའི་སྒྲོ་ནས་བཅས་པ་དེ་རྣམས་ལས་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་སྦྱང་བཅེར་བ་དང་ལྷན་ཞིང་སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་པ་སྟེ་པན་པར་འདོད་པ་  
 དང་གདུལ་བར་འདོད་པས་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པའོ། །དང་གི་སྒྲས་ནི། སེམས་ནི་  
 ཤིན་ཏུ་ཉོན་མོངས་དང་། །སྒྲག་བསྐལ་ཆོར་བས་ཉེན་པ་དང་། །གཉིད་དང་ལྷོས་པ་  
 དག་ལ་ནི། །བྱང་བ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་མེད། ཅེས་པ་རྣམས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 སྒྲོབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོས་བཤད་དེ་སྐབས་འདིར་གཞུང་ལས་སེམས་འཇུགས་  
 པ་དང་ཆོར་བས་ཉེན་པ་ལ་ཉེས་མེད་དུ་གསུངས་པ་དེ་རྟེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་  
 པར་བཞེད་དོ། །སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞི་བ་འཆོ་ནི། འོག་ནས་འབྱུང་བའི་ཆགས་པ་  
 ཉེས་པ་ཆུང་བར་གསུངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་མེད་དེ་གཞུང་འདིས་བསྐྱས་པར་

བཞེད་དེ་འདི་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་གཞི་སྤར་བ་འདྲ་བ་འདི་དག་ནི་མདོ་སྡེ་ལས་དངོས་སུ་བྱང་བ་ལ་སྟག་”སྟེ”ཆུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་བརྩམས་ནས་སྟོན་པས་མདོ་སྡེ་གཞན་དང་གཞན་དུ་ཐོར་བྱ་ཐོར་བྱར་གསུངས་པའི་ཐོར་བྱ་དེ་དག་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་སྟོན་གྱི་མ་མོ་འདིར་ཕྱོགས་གཅིག་དང་རྒྱན་གཅིག་ཏུ་ཆང་བར་འཕགས་པ་”ཐོགས་ཀྱི་མེད་ཀྱིས་བཞེད་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་རང་བཟོ་དང་བྲལ་བའི་བསྐྱེད་པའི་གནས་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་སེམས་གྲུས་པ་སྦྱེས་པས་བསམ་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་གསུམ་གྱིས་གཞན་ལས་སྟོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྤངས་ནས་བསྐྱེད་པ་ལ་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་མཆོག་ཏུ་གྲུས་པར་བྱས་ཏེ་རི་ལྟར་བཅས་པ་ལས་མི་འགལ་བར་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

བསམ་པ་གསུམ་ནི། དེ་དག་ལ་སྟོབ་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་རྣམས་པར་དག་པ་དང་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་བསམ་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་བསམ་པའོ། །འདི་གསུམ་ཆུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལ་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཆད་ཀྱང་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ནི་ཆུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་སྟོབ་འདོད་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གྱི་ཕྱིར་དུ་སྟོབ་པ་ལ་བཞེད་ན་ལེགས་པར་མཐོང་ངོ་། །དང་པོར་སྟོམ་པ་སྤངས་པའི་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །བྱང་སའི་ལེའུ་བཙུང་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་བདག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའོ་ཞེས་ཁས་འཆེ་

༡ ལྟ

༢ ཐགས

བར་གནས་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་མི་སྐྱབ་བ་དེ་  
དག་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལྟར་བཅོས་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ་བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའ་ཡང་དག་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་བདག་ནི་  
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁས་འཆེ་བར་གནས་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་  
བསྐྱབ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་ལེགས་པར་སློབ་བ་དེ་དག་ནི་ཡང་དག་པའི་བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དག་ནི་བྱབ་ནའང་  
ལེགས་ཀྱི་མ་གྲུབ་ནའང་དེ་ལྟ་བུས་མོད་སྟུང་དུ་མི་བསམ་པར་གནད་ཀྱི་གདམས་  
པར་བལྟས་ཏེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཟུང་ནས་པར་བྱིན་དང་བསྟུ་བ་བཞི་སྟོད་པ་  
ལ་མ་མཐར་བྱས་ཏེ་སྟོ་ཤུགས་ཆེན་པོས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཐབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་  
ཚུལ་རྣམས་མཐའ་དག་པར་ཤེས་ནས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་གཤེགས་པའི་དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བར་བྱའོ། །བསྟན་པའི་གནད་མཐའ་དག་པར་མི་ཤེས་པའི་  
སྟོང་བ་པ་འགའ་ཞིག་ལ་བལྟ་བར་མི་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཉམས་ན་བྱིར་བཅོས་པའི་  
ཐབས་ནི། མ་གོས་པར་བྱ་བ་ལ་འབད་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་དང་བག་མེད་པ་དང་ཉོན་  
མོངས་མང་བ་དང་མ་གྲུས་པ་སྟེ་ལྟང་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་བཞིས་ཉེས་པ་བྱུང་ན་ཡང་  
ཆོས་བཞེན་སྤར་གསོ་བས་ཉེས་པ་ལས་གསོ་བར་བྱའོ། །པམ་པ་ལས་གཞན་པའི་  
བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བ་ལས་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཉེས་བྱས་སུ་འདུས་  
ཀྱི་སོ་ཐར་ལྟར་ཉེས་པའི་རིས་མང་པོ་མེད་དོ། །དེ་དག་བྱུང་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་  
བཤམ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བ་གང་རུང་བཤགས་པའི་དག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་དོན་ཁོང་  
དུ་ཆུད་ཅིང་འཛིན་ཀུས་པ་ལ་བཤགས་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་བ་དང་མི་ལྡན་པའི་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་ལྡན་ནི་དགེ་  
སྒྲོང་པ་མ་དགོས་ཏེ། དགེ་ཚུལ་སོགས་ནི་སོ་ཐར་གྱི་ཡང་ལྷང་བ་བཤགས་པའི་ཡུལ་  
དུ་མི་རུང་བས་སོ། །འཆགས་པའི་རྟེན་རབ་བྱང་ཡིན་ན་བཤགས་ཡུལ་རབ་བྱང་  
ཡོད་ན་བྱང་སེམས་ཁྲིམ་བ་ལ་ཡང་མི་རུང་ངམ་སྟམ་སོ། །གཤམ་ཏེ་ཀུན་དགྱིས་ཆེན་  
པོས་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བྱང་ན་དེས་སྒྲིམ་བ་བཏང་བ་ལན་གཉིས་སུ་སྒྲར་  
ཡང་ནོད་པར་བྱ་བར་གཞུང་འདིར་གསུངས་སོ། །བསྐྱ་བར་ཡང་གཤམ་ཏེ་ཕྱིར་སྒྲང་  
བའི་སེམས་ཡོངས་སུ་དག་བ་ཐོབ་པར་གྱུར་ན་ཡང་ཕྱིར་སྒྲང་བར་བྱའོ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

འདི་ལ་བོད་ཁ་ཅིག་ལན་གཉིས་ལས་བསྐྱར་དུ་མི་རུང་ཞེས་བ་དང་། ཁ་ཅིག་  
དང་པོ་སྒྲངས་བ་དང་ཕྱིས་ལན་གཉིས་ཏེ་ལན་གསུམ་བསྐྱར་དུ་གནང་གི་དེ་ལས་ལྷག་  
པ་ནི་ངོ་ཆ་མེད་པ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བས་མ་གནང་ངོ་། །ཞེས་བཞེད་པ་ནི། གཞུང་  
འདིར་ལན་གཉིས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱང་མི་འཐད་དེ། ལན་གཉིས་ཞེས་  
པ་ནི། དང་པོར་སྒྲངས་བ་ལ་ལྟོས་པའི་གཉིས་བ་ཡིན་གྱི་དེ་པན་ཆད་མི་རུང་བའི་  
ཆོག་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་ཁྲུངས་སྐབ་པའི་རྒྱ་གཞུང་ལས་ཀྱང་“ཆད་ཀྱི་དེ་ལྷར་བཟུང་  
བ་མི་སྒྲང་བའི་ཕྱིར་ངོ། །ས་སུ་བྱའི་འགྲེལ་བ་ལས། ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་བརྒྱ་  
ལ་ཉེས་བ་ཆེན་པོ་བྱང་ན་ཡང་དགེ་འདུན་ལ་བཤགས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་པན་པའི་  
བསམ་བས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་བསམ་བ་དག་པས་སྒྲར་ཡང་སྒྲང་བར་  
བྱའོ། །ལན་གཉིས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་ཁོ་ནར་ཆད་པར་མི་གཟུང་སྟེ་ཐོག་མར་

སྒྲུང་བ་ལ་ལྟོས་ནས། ཕྱི་ནས་ཡང་ལེན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་གཉིས་ཞེས་བྲལ། །ཞེས་  
བཤད་དོ། །གལ་ཏེ་ཟག་པ་འབྲིང་གི་ཉེས་པ་བྱུང་ན་ནི་དེས་གསུམ་མམ་དེ་ཡན་ཆད་  
ལ་ཉེས་བྱས་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་མདུན་དུ་འདུག་ནས་ཐོག་མར་ལྷུང་བ་གང་བྱུང་བའི་  
དངོས་པོ་བརྗོད་དེ་དེ་ནས་འདི་སྐད་ཅེས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དགོངས་སུ་གསོལ།  
“བདག་ཉི་མའི་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ལ་ཇི་སྐད་ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་གཞི་ལས་བྱང་ལྷུ་བ་  
སེམས་དཔའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་ཁོངས་པ་བྱུང་སྟེ། ཞེས་བརྗོད་  
ལ་ལྷག་མ་ནི་དགེ་སྲོང་ཉེས་བྱས་འཆགས་པ་ཇི་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པར་  
བྲལ། །དེ་ལ་ཉེས་བྱས་ཀྱི་ཁོངས་པ་ཞེས་པའི་འོག་ཏུ་ལྷུང་བ་གང་བྱུང་བའི་མིང་བརྗོད་  
དེ། དཔེར་ན་བདག་བརྟོད་དམ་གཞན་ལ་སྟོད་པ་བྱུང་སྟེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ལྷག་མའི་  
ཆོག་ནི་འགྲེལ་པ་རྟོང་མ་ལས། དེ་དག་ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་བདག་འཆགས་ཤིང་  
མཐོལ་ཏེ་མི་འཆབ་པོ། །བཤགས་ཤིང་མཐོལ་བས་བདག་བདེ་བར་གནས་པར་  
འགྱུར་གྱི་མ་མཐོལ་ཞིང་མ་བཤགས་ན་བདེ་བར་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཁྱོད་  
ཀྱིས་འདི་རྣམས་ཉེས་པར་མཐོང་ངམ་ཞེས་སྒྲིས་ན་མཐོང་ངོ་ཞེས་སྒྲི་བར་བྲལ། །ཕྱིས་  
ཀྱང་སྟོམ་པར་བྱེད་དམ་ཞེས་སྒྲིས་ན་ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་  
པར་སྦྱི་བོས་རྟོད་པར་བགྱིའོ་ཞེས་དེ་ལྟར་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་བརྗོད་པར་  
བྲལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འགྲེལ་པ་གསར་མ་ལས་ནི། ཤེས་ཤིང་མཐོང་ལ་བྲན་ན་  
ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་སྦྱི་བོས་རྟོད་པར་བགྱིའོ་ཞེས་  
བཤད་ལ། དེའི་ཆེ་ལུས་ཀྱི་སྟོད་ལམ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དེ་རྣམས་ལ་



ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་ཕྱག་བྱས་ལ་དམའ་བའི་ཕྱོགས་སུ་ཙེ་ག་ཙེ་ག་པོར་འདུག་སྟེ་ཐལ་མོ་  
སྦྱར་ནས་ཞེས་གསུངས་སོ། །

འབྲེལ་བ་གཞན་རྣམས་སུ་སྟོམ་མམ་ཞེས་ངེས་པའི་ལན་དུ་ལེགས་པར་  
བསྐྱམ་པར་བགྱིའོ་ཞེས་བ་ཙམ་ཞིག་བཤད་དོ། །ཀྱུན་དཀྱིས་རྒྱུད་དུས་པམ་པའི་  
གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་རྒྱུད་བ་དང་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཉེས་བ་རྣམས་ནི་གཅིག་གི་མདུན་  
དུ་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་ཆོ་ག་ནི་སྤར་ལྟར་རོ། །གང་གི་མདུན་དུ་བཤགས་པར་བྱ་བའི་  
གང་ཟག་མ་སྤུན་པའམ་བཤགས་ཡུལ་འོས་པ་མེད་ན་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱ་བར་སེམས་  
བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་བསྐྱམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཉེས་བ་དེ་ལས་  
རྒྱུད་བ་ཞེས་བྱའོ། །འདི་ལ་”ཇི”ན་སུ་བྱ་སོགས་ཀྱིས་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་ཉེས་  
བ་མེད་པར་སྟོན་བ་ནི་དོན་མིན་ནོ། །

དེ་དག་ཀྱང་སྟོམ་བ་ཉི་ཤུ་པར། སྟོམ་བ་སྤང་ཡང་སྤང་པར་བྱ། །ཟག་བ་འབྲིང་  
ནི་གསུམ་ལ་བཤགས། །གཅིག་གི་མདུན་དུ་ལྟག་མ་རྣམས། །ཉོན་མོངས་མི་མོངས་  
བདག་སེམས་བཞིན། ཞེས་པས་བསྐྱམ་ནས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་རྟེན་བ་ཐ་མའི་དོན་  
ནི། ཉོན་མོངས་ཅན་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཉེས་བྱས་རྣམས་ནི་མ་སྤུན་པའི་  
གང་ཟག་མེད་ན་རང་གི་སེམས་གཅིག་ཏུ་ཁྲིལ་ཡོད་པ་དང་ངོ་ཚ་ཤེས་པ་དང་དུལ་བ་  
དང་ཞི་བ་དང་ཕྱིས་མི་བྱ་བའི་བསམ་བ་ཅན་དབང་དུ་བྱས་ལ་བཤགས་པར་བྱ་བ་དེ་  
བཞིན་དུ་གང་ཟག་གཅིག་གི་མདུན་དུ་ཡང་བཤགས་པར་བྱའོ། །རང་གི་སེམས་  
བཞིན་དུ་ཞེས་པའི་དཔེ་བསྟན་པས་ཀྱང་ཉེས་བ་གསོ་བའི་ཐབས་གཞན་བསྟན་

མོ། །ཞེས་སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོས་བཤད་ཅིང་དེའི་ཤེས་བྱེད་དུ་མ་ཐུན་པའི་གང་ཟག་  
མེད་ན་ཞེས་སོགས་བྲངས་ནས་ཚུལ་དེ་ཟག་པ་ཚུང་འབྲིང་ལ་ཡང་སྟོར་བར་བཞེད་  
དོ། །དེ་ལ་སྟོབ་དཔོན་བྲང་ཚུབ་བཟང་སོས་ཟག་པ་ཚུང་འབྲིང་གི་ལྷང་བ་དང་ཉེས་  
བྱས་གཞན་རྣམས་ནི་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཚུལ་གཏན་མི་མཚུངས་ཏེ་འདི་ལྟར་ཚུང་  
འབྲིང་གཉིས་ནི་གནས་དེར་གསུམ་དང་གཅིག་མ་རྟེན་གྲང་གཞན་དུ་འཆོལ་དགོས་  
ལ་ཉེས་བྱས་ལ་ནི་གནས་དེར་གང་ཟག་གཅིག་མ་རྟེན་གྲང་གཞན་དུ་འཆོལ་མི་  
དགོས་ཏེ་རང་སེམས་ལ་བསྐྱམས་པའི་སྟོན་ལྡང་བའི་ཕྱིར་མ་ངེས་ལ་སྡུ་མ་གཉིས་  
ནི་ངེས་པའོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་གསུམ་ལ་ཞེས་བ་དང་གཅིག་གི་མདུན་དུ་ཞེས་ལུལ་  
སོ་སོར་ངེས་པར་བཤད་པ་མི་རིགས་པས་གསུམ་ལས་ཉུང་བ་ལ་བཤགས་ཀྱང་མི་  
འདག་ན་བསྐྱམས་པས་འདག་པའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། བདག་སེམས་བཞིན་ཞེས་  
བྲང་ས་ལས་མ་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་འདོན་པ་ནི་ལོག་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་ཉོན་  
མོངས་མི་མོངས་བདག་སེམས་ལའོ། །ཞེས་བྱའོ། །བྲང་ས་ལས་ཀྱང་འབྲིང་དང་ཚུང་  
དུའི་ལྷང་བ་ལ་གསུམ་དང་གཅིག་གི་མདུན་དུ་ཞེས་བ་དང་ལྷང་བ་གཞན་རྣམས་ལ་  
མ་ཐུན་པའི་གང་ཟག་མེད་ན་སེམས་ཀྱིས་སྟོན་པར་གསུངས་སོ། །ཞེས་འགྲེལ་བ་  
རྟེན་མའི་ལུགས་སུན་འབྲེན་པར་སྣང་ངོ། །འདི་ནི་འཐད་པར་མ་མཐོང་སྟེ་བྲང་  
སེམས་ལས། ཀུན་ནས་དགྲིས་བ་ཚུང་དུས་པམ་པའི་གནས་ལྟ་བུའི་ཆོས་བྲང་བ་དང་  
དེ་ལས་གཞན་པའི་ཉེས་བ་རྣམས་ནི་གཅིག་གི་མདུན་དུ་བཤགས་པར་རིག་པར་  
བྱའོ། །གང་གི་མདུན་དུ་བཤགས་པར་བྱ་བའི་གང་ཟག་མ་ཐུན་པ་མེད་ན་བྲང་ཚུབ་  
སེམས་དཔས་བསམ་པ་ཟག་པ་ནས་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱ་བར་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་

ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་བསྐྱམས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཉེས་པ་དེ་ལས་བྱང་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་  
ཟག་པ་རྒྱུད་དུ་འི་ཕྱིར་བཅོས་ཉེས་བྱས་གཞན་རྣམས་དང་འབྲ་བར་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
བར་གསུངས་ལ་དེ་རྒྱུད་ན་ཟག་པ་འབྲིང་གི་ལྷུང་བ་ལ་ཡང་རིགས་པ་ཤིན་ཏུ་  
མཚུངས་ཏེ། བསམ་པས་ལྷུང་བ་ལས་ལྡང་གི་ཆད་ལས་ལ་ངེས་པར་མི་ལྟོས་པ་ལྷུང་  
བ་ཕྱིར་བཅོས་ཀྱི་སྤྱི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་བྱང་ས་ལས། བདག་སེམས་བཞིན་  
ཀྱི་སྤྱོད་འོས་སུ་མེད་ཀྱང་གཅིག་གི་མདུན་དུ་བཤགས་ན་འདག་པ་བཞིན་དུ་དེ་མེད་  
པ་ན་རང་གི་སེམས་ལ་བསྐྱམས་པས་འདག་པར་གསུངས་པས་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཁ་ཅིག་ཉོན་མོངས་ཅན་ཉེས་བྱས་རྣམས་ཡུལ་ཡོད་ན་གཅིག་ལ་བཤགས་  
དགོས་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་ཡུལ་ཡོད་ཀྱང་སེམས་ལ་བསྐྱམས་  
པས་འདག་གོ་ཞེས་སྤྱོད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། བྱང་བར་མེད་པར་བྱང་ས་ལས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཟག་པ་རྒྱུད་འབྲིང་དང་ཉེས་བྱས་ཞེ་ལྟ་ནི་ཡུལ་ཡོད་ན་བསྐྱམས་  
པ་ཅོམ་གྱིས་མི་འདག་པས་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་བྱའོ། །

དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཉེས་པ་རྣམས་ནི་གང་ཟག་གཅིག་ལ་བཤགས་ན་ནི་  
ངོ་ཆ་དང་ཁྲིལ་ཡོད་སྤྱི་སྤྱོད་བས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ལ་མ་བྱུབ་ན་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྱི་  
བཅས་བསམས་ནས་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་ཆུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ་ལས། བདག་གི་  
འཁྲུལ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཤིང་ཉེས་པར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ་ཤེས་ཤིང་ཉེས་པར་  
མཐོང་ནས་ཀྱང་གཏོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འཁྲུལ་པ་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་ཆོས་མཐུན་པ་བ་རྣམས་ལ་ཉེས་པ་འཆགས་པར་བྱེད་  
དེ། ཞེས་དང་བྱང་སའི་ལེའུ་བཅུ་བདུན་པ་ལས་ཀྱང་། ཡང་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱང་

བའི་འབྲུལ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་དག་བའི་བསྐྱབ་པ་འདོད་པ་དང་  
 ལྷན་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་བཅུ་ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་  
 རྣམས་ལ་སོ་སོར་འཆགས་པར་བྱེད་ལ་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པར་འཛིན་  
 དུ་འབྱུག་གོ། །དེ་ལྟར་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྲུལ་པ་སོ་སོར་བཤད་ན་ཆེགས་རྒྱུ་  
 དུས་ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམས་པར་ཐར་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
 བའི་བྱིར་རོ། །བསྐྱབ་བརྟུས་ལས་ནི་ནམ་མཁའི་སྤྱི་པོ་ལ་མི་ལས་དུ་བཤགས་པའི་  
 རྒྱལ་དང་བྱེད་པར་དུ་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ལྷུང་བ་ལྷི་བ་དང་ཡང་བ་རྣམས་  
 བཤགས་པར་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པ་ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་གསུངས་པའོ་  
 ཞེས་དེ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱིར་བཙུངས་བྱ་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་བསྐྱབ་  
 བརྟུས། ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྒྲུབ་ཏེ། །ཤུ་རེའི་བྱ་བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེན་པོ་དང་བཙས་པའི་ལྷུང་བ་གཉིས་ཏེ།  
 གཉིས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེ་སྒང་དང་ལྷན་པ་དང་གཉི་ལྷན་དང་ལྷན་པའོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་སྒྱུར་ཏེ་ཤུ་རེའི་བྱ་དེ་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བྱང་པོས་ཐོག་མའི་ལྷུང་བ་  
 སྟེ་བཅུ་ལས་ལྷི་བ་རྣམས་བཤགས་པར་བྱའོ། །ལྷུང་བ་ཡོད་པ་སྟེ་ལྷུང་ལས་ལྷི་བ་  
 རྣམས་བཤགས་པར་བྱའོ། །ཤུ་རེའི་བྱ་བྱང་མེད་ཀྱི་ལག་པ་ནས་འཛིན་པ་དང་མིག་  
 གིས་ལྟ་བ་དང་གཞོན་སེམས་ཀྱང་ལྷུང་བ་སྟེ་གང་ཟག་གཅིག་གམ་གཉིས་ལ་ཡང་  
 བཤགས་པར་བྱའོ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་མཆོམས་མེད་པ་ལྷ་དང་ལྷན་པའི་ལྷུང་  
 བ་དང་བྱང་མེད་ལས་ལྷུང་བ་བྱང་བ་དང་ལག་པ་ལས་ལྷུང་བ་བྱང་བ་དང་བྱེད་ལས་

ལྷུང་བ་བྱུང་བ་དང་མཆོད་རྟེན་ལས་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་དང་དགེ་འདུན་ལས་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ལྷུང་བ་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་པའི་ལྷན་འདས་སྤྱུལ་ཅུ་ཅ་ལྷ་ལ་གཅིག་བྱས་ཉིན་མཆོད་དུ་ལྷེ་བ་བཤགས་པར་བྱའོ་ཞེས་འགྲུར་གསར་ལས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་མདོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་འགྲུར་ལས་ནི། ཉེས་བ་དང་པོའི་ལྷེ་བ་ནི་ཆོགས་བཅུ་ལ་བྱང་པོར་བཤགས་པར་བྱའོ་ཞེས་འགྲུར་བ་ལེགས་པས་ཉེས་བ་ལྷེ་བ་གཉིས་བཤད་པའི་དང་པོ་ཞེ་སྤང་དང་ལྷན་བ་ནི་ཡུལ་བཅུ་ལ་བཤགས་སོ། །ལྷུང་བ་ཡོད་བ་ལྷེ་བ་རྣམས་སྤེལ་ལ་བཤགས་པར་བྱའོ་ཞེས་བཙུགས་ཏེ་དེ་ནི་ལྷེ་བ་གཉིས་བ་གཉི་སྤྱག་དང་ལྷན་བ་ལ་བྱ་དགོས་སོ། །འདི་ལ་མདོ་ལས། བྱང་མེད་ཀྱི་ལག་བ་ནས་འཛིན་པའི་ཉེས་བ་ལྷེ་བ་ནི་ཆོགས་ལྷ་ལ་བཤགས་པར་བྱའོ་ཞེས་འགྲུར་སྟེ། བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་ཉེས་བ་དེ་གང་ཟག་གཅིག་གམ་གཉིས་ལ་བཤགས་པར་གསུངས་བ་དང་མདོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མདོར་བསྟན་དང་ཆགས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བ་རྣམས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆུང་བར་གསུངས་བ་དང་མི་མ་སྤུན་པས་འགྲུར་མ་དག་གོ། བྱང་མེད་ཀྱི་ལག་བ་ནས་འཛིན་བ་སོགས་གསུམ་ནི་གཅིག་གམ་གཉིས་ལ་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་འགྲུར་རྟིང་ལས་ལྷེ་བར་བཤད་ཀྱང་འགྲུར་གསར་ལས་ཡང་བར་བཤད་བ་ལེགས་སམ་སྟུམ་སོ། །ད་ལྟའི་མདོ་ལས་ནི་གཞོན་སེམས་མ་བྱུང་ཡང་བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་གསུངས་པས་མདོ་ལ་ཆད་པར་གསལ་ལོ། །ཞེ་སྤང་དང་ལྷན་བའི་ཉེས་བ་རྣམས་ལྷེ་བར་བཤད་བ་དང་གཞོན་སེམས་ཡང་བར་བཤད་བ་མི་འགལ་བ་ནི་རྒྱུད་མ་འཁྲུགས་པའི་འཆེ་བའི་བསམ་བ་ཅ་ལ་དགོངས་བ་དྲེལ། །མཆོམས་མེད་སོགས་ཀྱི་ལྷུང་བ་ལྷེ་བ་རྣམས་

ལྷུང་བཤགས་ཀྱིས་ཉིན་དང་མཚན་དུ་སྒྱུང་བར་གསུངས་པ་ནི་གང་ཟག་ལ་ཕྱིར་  
བཅོས་ཀྱི་ཚོ་ག་ལན་གསུམ་བྱས་པ་ལྟ་བུས་ནམ་སྟེན་མི་འདག་པ་ལ་དགོངས་པ་  
ཡིན་པ་འབྲེལ།

སྒྱུང་འབྲུག་ལས། ཉིན་དང་མཚན་མོ་ལན་གསུམ་དུ། །ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་  
གདོན་བྱ་ཞིང་། །རྒྱལ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་བསྟེན་པས། ལྷུང་བའི་ལྷག་མ་དེས་ཞི་བྱ།  
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་བཅོས་པའི་རྒྱལ་ནི་རྩ་ལྷུང་གི་ལྷག་མའི་ལྷུང་བའམ་བསམས་  
བཞིན་དུ་བྱས་པའི་ལྷུང་བ་ལས་གཞན་པ་བརྗེད་ངས་དང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པས་  
བྱས་པའི་ལྷུང་བ་ནམས་ནི་ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་གདོན་པ་དང་། རྒྱལ་བ་དང་བྱང་རྒྱལ་གི་  
སེམས་བསྟེན་པས་ཞི་བར་བྱ་བ་དང་ཕྱང་པོ་གསུམ་ནི་སྟོན་བཤགས་ཡི་རང་བཟོ་བ་  
གསུམ་ལ་ཤེར་འབྱུང་སྒོ་གོས་ཀྱིས་བཤད་དེ་ལྷུང་བཤགས་ཀྱིས་འབྱུང་བོ། །གཞན་  
གཉིས་དག་བ་ལྷས་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ལ་བཤད་པས་སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་  
དོ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་མཐའ་ཡས་པས་ཕྱིར་བཅོས་འདི་ཤིན་ཏུ་ཉེ་  
པར་མཁོ་བས་བསམས་བཞིན་དུ་བྱས་པ་ལས་གཞན་པའི་ལྷུང་བའི་དག་བྱེད་དོ། །དེ་  
ཡང་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱ་བའི་སྟོན་སེམས་མེད་ན་སྤར་བྱས་སྐྱངས་ཀྱང་འདག་དཀའ་བ་  
ནི་བྱམས་པ་སེང་གོ་སྤྱིའི་མདོ་ལས། བྱམས་པ་ཡང་ཕྱི་མའི་ཆེ་བྱི་མའི་དུས་ལྔ་བརྒྱ་  
ཐ་མ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་རྒྱུ་པར་འབྱུར་བའི་དུས་ལ་བབ་པའི་ཆེ་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔར་ཁས་འཆེ་བ་འགའ་ཞིག་འབྱུར་བར་འབྱུར་ཉེ་དེ་དག་ནི་ལྷུང་བ་ལྷག་པར་འབྱུར་  
བར་འབྱུར་ཞིང་ལུས་མ་བསྐྱམས་པ་དང་དག་མ་བསྐྱམས་པ་དང་ཡིད་མ་བསྐྱམས་  
པས་སྟོན་པའི་ལས་ལྷག་པར་སྤྱད་ནས་ཀྱང་ཉེས་པ་བཤགས་པ་ཅོམ་གྱིས་དག་པར་

འགྱུར་བར་སེམས་ཀྱིས་ཕྱིན་ཆད་སྡོམ་པར་ཡང་མི་བྱེད་ལ། ཕྱིན་ཆད་ཡང་དག་པར་  
བསྐྱམས་པའི་ཕྱིར་སྡོམ་པར་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །ངས་ནི་སྡོན་བྱས་པའི་སྤྲེག་པའི་ལས་  
ཟད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་གསུམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གངས་བསྟན་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་  
མི་སྒྲིན་པོ་དེ་དག་ནི་ལྷག་པར་ལྷུང་བ་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མངོན་པར་འདུས་བྱས་  
ནས་ཉེས་པ་བཤགས་ཤིང་སྤྱང་བ་ཙམ་གྱིས་དག་པར་འགྱུར་བར་སེམས་ཤིང་ཕྱིན་  
ཆད་སྡོམ་པར་ནི་མི་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཕྱིར་བཙོས་པའི་ཐབས་ནི་  
ཚུ་ལ་ཁྲིམས་དག་པའི་ཡན་ལག་རྩ་ཤིན་རྩ་གལ་ཆེ་བར་སྤྱང་བས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་ལུགས་རྒྱ་ཆེར་བཤད་དོ། །

བཞི་པ་ཆགས་པ་ཉེས་པ་ཆུང་བར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ནི། སྡོན་པས་  
བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉེས་པ་ནི་པལ་ཆེར་ཞེ་སྤང་ལས་འབྱུང་གི་འདོད་ཆགས་ལས་འབྱུང་  
བ་ནི་མ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
སེམས་ཅན་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་ཤིང་དེ་ལ་བྱམས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཅི་སྟོང་ཀྱང་  
སེམས་ཀྱི་བྱ་བའི་ཆ་ཡིན་པས་བྱ་བར་རིགས་པ་བྱེད་པ་ནི་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་  
དོ། །སེམས་ཅན་ལ་སྤང་བ་ནི་རང་གཞན་ལ་བན་པར་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བྱ་བའི་འོས་མ་ཡིན་ཏེ་བྱ་བར་མི་རིགས་པ་བྱེད་པ་ནི་ཉེས་པའོ། །མདོ་  
སྤེའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བན་བྱེད་ཕྱིར། །དེ་ལ་ཆགས་སྦྱེས་ལྷུང་  
མི་འགྱུར། །འདི་ཡི་ཞེ་སྤང་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །སེམས་ཅན་ཀུན་དང་འགལ་བར་འགྱུར།  
ཞེས་གསུངས་སོ། །ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་ལ་ཡང་དག་  
པར་ཞུགས་པའི་བྱང་སེམས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པའི་ལྷུང་བ་གསྐྱུ་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་

སྙིང་ལྷུང་བ་དང་ཞེ་སྤང་དང་ལྷན་པའི་ལྷུང་བ་གཅིག་ལྷུང་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཐེག་པ་  
དབང་བཅན་པར་བྱས་ན་ཞེ་སྤང་གི་ལྷུང་བ་དེ་ཡིན་ཏུ་ལྷི་སྟེ། འདིས་སེམས་ཅན་  
གཏོང་ལ་སྤྲུམས་སེམས་ཅན་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉོན་མོངས་པས་སེམས་  
ཅན་སྤྱད་པ་ལ་ནི་བྱང་སེམས་འཛེམ་པ་དང་འཛིགས་པ་མེད་དོ། ཉེ་ལྷ་བས་ན་ཁྱོད་  
ལ་འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་པའི་ལྷུང་བ་ཐམས་ཅད་ནི་ལྷུང་བ་མ་ཡིན་པར་བཤད་  
དོ། ཞེས་པ་ནམས་ནི་འབྲུལ་པའི་གཞི་ཆེ་བས་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞི་བ་ལྷས་དེའི་དགོངས་པ་  
བཤད་དེ། བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། འདིའི་དགོངས་པ་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་སྤྱད་པ་ཉིད་  
དེ་སྤར་བྱེ་བཀ་ཏུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་སོ། ཉེའི་དོན་ནི་འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་  
པ་ནམས་ལྷུང་བ་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། བཅ་ཟེའི་ཁྱེུ་སྐར་མའི་བྱང་བ་ལྷ་བྱ་  
སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་དུ་འགྱུར་པའི་ཆེ་གནད་པའི་འདོད་ཆགས་ཡིན་ཀྱི་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་འདོད་ཆགས་གང་རུང་རུང་ལ་མིན་ཏེ། མདོ་དེའི་གོང་དུ་སེམས་ཅན་སྤྱད་པའི་  
འདོད་ཆགས་ལ་བྱེ་བཀ་ཏུ་བྱས་ཏེ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། འདོད་ཆགས་ལྷུང་བར་མི་  
འགྱུར་བ་རྟེན་གང་ལ་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡང་། བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། བསྐྱན་པ་  
འདི་ནི་ལྷག་པའི་བསམ་པ་དང་སྟིང་བཅེ་བ་དང་ལྷན་པ་ལ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཉིད་ལས་དེ་མ་  
ཐག་ཏུ། ཉེ་བར་འཁོར་དེ་ལ་གང་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་  
དག་ནི་འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་པས་འཛིགས་ཀྱི་ཞེ་སྤང་དང་ལྷན་པས་ནི་མ་ཡིན་  
མོ། ཉེ་བར་འཁོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་ཐབས་མཁས་པ་དེ་དག་ནི་ཞེ་  
སྤང་དང་ལྷན་པའི་ལྷུང་བས་འཛིགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་ལྷན་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་གསུངས་སོ། །



ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡང་གང་ཞེ་ན། གང་དག་ཤེས་རབ་དང་སྦྲིང་རྗེ་གཉིས་  
 ཀྱིས་སེམས་ཅན་གཏོང་བ་ལས་བསྐྱོག་པའོ། །ཞེས་སྦྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཙུ་བ་ཅན་གྱི་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བརྟན་པ་དང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་“སྟོབས་”བསྐྱེད་པ་དང་ལྷན་པ་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཆགས་པ་དང་ཞེ་  
 སྒྲུང་གཉིས་ལ་སྦྱང་བ་མེད་པ་དང་ཡོད་པའི་བྱང་པར་མཛད་པ་ནི་འདོད་ཆགས་གཏན་  
 མི་འབྲེ་བའི་བྱམས་པ་ལ་བྱེད་ན་ཞེ་སྒྲུང་དང་གཉིས་ཉིས་པ་ཡོད་མེད་མཆུངས་པའི་  
 དོགས་པ་རྟོགས་ལྷན་ལ་འོང་ས་མེད་པས་དེའི་དོགས་པ་གཅད་མི་དགོས་ལ། བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆགས་པ་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེས་པ་མེད་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་བས་  
 བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བ་  
 “སོགས་”ཡོད་ན་སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་པའི་སྟོན་པ་ཆགས་པ་ཉེས་མེད་ཀྱི་སྐབས་  
 མང་པོ་ཡོད་ལ། ཞེ་སྒྲུང་ལ་ནི་གཞོད་པ་ལས་བསྐྱོག་པའི་བྱིར་ཁྲིས་པ་ལ་ཉེས་པ་ཅི་  
 ཡོད་ཅེ་ན། སྐབས་བྱེ་ན་དེའི་བག་ཆགས་གཡོས་པར་འགྱུར་བས་སྦྲིང་རྗེ་ཉམས་པའི་  
 ཉེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཅད་ན་ཙུ་བ་བཅད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འོག་ནས་བསྟན་  
 པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་དེ་ལ་“མན་”ཏུ་ཟེན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྦྲིང་  
 རྗེ་ཉམས་པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཆེན་པོའི་རྒྱན་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་གནང་བའི་སྐབས་མེད་ལ། བྱང་སེམས་ལུལ་ཏུ་བྱས་པའི་ཆེ་ཡང་  
 བྱ་མོ་དཔལ་ཡོན་ཅན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དགའ་བྱེད་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་

༡ སྟོབས

༢ སགས

༣ བན

ཤེ་མོས་པ་ལྟར་སྐྱེས་ལ། བྱང་སེམས་ལ་སྤང་བ་ནི། ངན་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གངས་  
བཞིན་བསྐྱེད་པར་ནི། དཔུལ་བར་གནས་པར་འགྱུར་ཞེས་སྐབ་པས་གསུངས། ཞེས་  
བ་ལྟར་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འདྲའོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱེད་བཅུས་སུ་”ཆགས་”  
བ་ལྟར་བ་མིན་པར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་སྤངས་པ་ལྟར་བྱང་པའི་”དགོངས་”པ་  
ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ལྷ་པ་ལྟར་བ་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉེས་པ་  
རྣམས་ནི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོར་རིག་པར་བྱ་སྟེ་གཞི་བསྐྱེད་བ་ལས་འབྱུང་བ་  
བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་འདུལ་བའི་མ་མོ་བསྐྱེད་པ་ལས། རྣམ་པ་”ལྷས་”  
ལྟར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ་དང་པོ་དེ་བོ་ཉིད་ལས་ཆུང་  
དུ་སོགས་བཞག་པ་ནི། བས་པ་ནི་ཆེན་པོ་ལྷག་མ་ནི་འབྲིང་དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་ཆུང་  
དུ་འོ། །རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་པམ་ལྷག་རྣམས་ལྷེ་ལ་ལྟར་བྱེད་དང་སོར་བཞགས་  
གཉིས་འབྲིང་ཉེས་བྱས་ནི་ཡང་བའོ། །བྱེད་པ་ལས་ནི་མི་ཤེས་པ་དང་བག་མེད་ཀྱིས་  
བྱས་པ་ཆུང་དུ་ཉོན་མོངས་མང་བས་བྱས་པ་འབྲིང་མ་གྲུས་པས་བྱས་པ་ཆེན་  
པོ་འོ། །བསམ་པ་ལས་ནི། དུག་གསུམ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ཀྱིས་བྱས་པ་རྣམས་ཆུང་  
འབྲིང་ཆེན་པོ་འོ། །

གཞི་ལས་ནི། བསམ་པ་མཚུངས་པས་གཞི་རང་བཞིན་གཅིག་ལ་བྱས་ཀྱང་  
ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་ཡོད་དེ་ཞེ་སྤང་གི་ཀུན་དགྱིས་མཚུངས་པས་དུད་འགོ་  
དང་པ་མ་མ་ཡིན་པའི་མི་འཕ་མིར་ཆགས་པ་དང་མིར་གྱུར་པའི་པ་མ་བསམ་ན་རིམ་

༡ ཆགས་

༢ དགོངས་

༣ ལྷས་

བ་ལྟར་ལྟར་བྱེད་དང་མཆམས་མེད་མིན་པའི་པམ་བ་དང་མཆམས་མེད་པའི་པམ་  
བར་འབྱུང་རྟོ། །སོགས་བ་ལས་ཚུང་དུ་སོགས་སུ་འབྱུང་བའི། ལྟར་བ་གཅིག་ནས་  
ལྟའི་བར་དུ་བྱང་བ་ཆོས་བཞིན་དུ་བྱིར་མི་བྱེད་བ་ནི་ཚུང་དུ་དང་དུག་ནས་གངས་  
ཤེས་པར་བྱ་བ་ནས་པའི་བར་དུ་བྱང་ལ་ཆོས་བཞིན་དུ་བྱིར་མི་བྱེད་བ་ནི་འབྲིང་དང་  
ལྟར་བ་དཔག་དུ་མེད་བ་ལ་འདི་སྟེད་དོ་ཞེས་གངས་ཤེས་པར་མི་བྱས་བ་ནི་ཆེན་  
པོ་ལོ། །དེ་ལྟར་གསུངས་བ་ལ་འདིར་ནི་དོ་བོ་ཉིད་དང་གཞི་གཉིས་ཇི་བཞིན་མི་སྦྱར་  
བར་སྐབས་དང་བསྟུན་ལ་གཞན་གསུམ་འབྲོ། །དེ་ལ་མི་ཤེས་པས་ལྟར་བ་འབྱུང་བ་  
ནི། ལྟར་བ་མ་ཐོས་ཤིང་མ་རྟོགས་པས་སྒོ་མ་བྱང་བའི་བྱིར་ལྟར་བ་ལ་ལྟར་བ་མ་ཡིན་  
པར་འདུ་ཤེས་ནས་ལྟར་བ་འབྱུང་བའོ། །ཤེས་ཀྱང་ལྟར་བ་འབྱུང་བ་ནི་ལྟར་བ་ལ་སྒོ་  
བྱང་ཡང་བརྟེན་ངས་བ་དང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པར་གནས་པས་བྲན་བ་ཉེ་བར་མི་  
གནས་བ་ལས་ལྟར་བ་འབྱུང་བའོ། །ཉོན་མོངས་མང་བས་འབྱུང་བ་ནི། དུག་གསུམ་  
ཤས་ཆེ་བས་འདི་ནི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་ཤེས་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་འབྱུང་  
བའོ། །མ་གྲུས་ཀྱི་བས་འབྱུང་བ་ནི། ལྟར་བ་ལ་སྒོ་བྱང་ཡང་དམན་བ་ལ་མོས་ཤིང་།  
སྟོན་རྒྱ་མ་སྤྱད་པས་དག་སྦྱོར་གི་ཚུལ་ལ་མི་ལྟ་ཞིང་སྤང་འདས་དང་ཆོས་དང་དགེ་  
འདུན་ལ་མ་གྲུས་བ་དང་རྗེས་མེད་བ་དང་དོ་ཆ་མེད་བ་དང་བསྐབ་བ་མི་འདོད་བ་དང་  
མ་གྲུས་པས་ཅི་འདོད་དགྲུང་ལྟར་བ་འབྱུང་བའོ། །དེའི་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་  
མོངས་བ་ཅན་མ་ཡིན་ལ་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ལྟར་བ་འབྱུང་  
དོ། །ཞེས་འདུལ་བའི་མ་མོ་བསྟུ་བ་ལས་གསུངས་སོ། །ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་བཞི་པོ་

དེ་དག་གི་གཉེན་པོར་ལྷུང་བ་ལ་མཁས་པ་དང་བློན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྟེན་པ་དང་  
ཉོན་མོངས་གང་ཤས་ཆེ་བའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་བ་དང་ངོ་ཆོ་ཁྲིལ་ཡོད་དང་སྟོན་པ་  
དང་བསྐྱབ་པ་ལ་གྱུས་པར་བྱའོ། །

དུག་པ་བདེ་བར་གནས་པའི་རྒྱ་ནི། བྱང་སེམས་རང་གི་འདུལ་བ་ལ་བསྐྱབ་  
པ་ལ་བརྩོན་པ་ནི་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་གསུམ་དང་ལྷན་པས་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་  
གནས་སོ། །དེ་ལ་སྦྱོར་བ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་ནི། ཐོག་མར་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་འབྲལ་  
བར་མི་བྱེད་ཅིང་སྒོ་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྦྱོད་དག་པ་དང་བར་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་གྱུས་པ་དང་  
བག་ཡོད་པ་ཤས་ཆེར་གནས་པས་ཉེས་པ་རྒྱུན་དུ་མི་བྱེད་པ་དང་ཐ་མར་བརྒྱལ་  
བྱས་ན་ཡང་སྤྲིག་པ་འཆགས་པར་བྱེད་པའོ། །འདིས་ནི་ལྷུང་བས་དག་པར་མཐོང་  
ནས་ཉོན་དང་མཚན་དུ་དགའ་བ་ཤས་“ཆེ་བས་”བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གནས་  
སོ། །བསམ་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་ནི། ཆོས་ནས་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་  
པའི་བསམ་པས་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་འཆོ་བའི་བསམ་པས་མ་ཡིན་བྱང་ཚུབ་ཆེན་  
པོ་དོན་དུ་གཉེར་གྱི་མི་གཉེར་བ་མ་ཡིན་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་དང་ཐུང་འདས་དོན་དུ་  
གཉེར་གྱི། མི་གཉེར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟར་དོན་དུ་གཉེར་བས་དགེ་བ་རྣམས་ལ་  
བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་པའི་ཕྱིར་ལེ་ལོས་གནས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་བརྩོན་འགྲུས་མི་ཞན་  
པ་དང་སྤྲིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་དང་མ་འདྲེས་པའོ། །མི་དགེ་བ་ངེ་འདྲ་བ་ཞེ་  
ན། “ཆེ་”འདི་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་བྱི་མ་ལ་སྲིད་པ་ཡང་འབྱུང་བའོ། །དང་  
པོའི་ཉེས་དམིགས་ནི་ལུས་སེམས་གདུང་བས་རིམས་ནད་དང་བཅས་པའོ། །གཉིས་

༡ ཆོག་པ་

༢ ཆེ

པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། ངན་འཁྲོར་འཁྲོ་བས་ནཱ་བར་“སྒྲིན་”པ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
པའོ། །དེའི་བྱིར་ན་ཡུན་རིང་པོར་སྐྱེ་བ་དང་ག་ཤི་གཉིས་འབྲེན་པའོ། །དགེ་སྦྱོར་གི་  
ཚུལ་ནི། ས་བཅུར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་སྦྱོར་བའི་ལམ་དང་སྤང་འདས་ནི་མི་གནས་  
པའི་སྤང་འདས་ཏེ་དེ་གཉིས་སྤྱབ་པའི་སྦྱོར་བའི་འབྲས་བུར་རྩི་ན་སྤྱ་ཏུ་སོགས་འཆད་  
དོ། །འདིས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པས་བདེ་བ་ལ་རེག་པའོ། །སྒོན་གྱི་རྒྱ་  
ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཆེ་རབས་སྤྲ་མར་སྦྱིན་བའི་བསོད་ནམས་  
བྱས་ཤིང་འོངས་སྦྱོད་ཆེན་པོའི་བར་ཆད་སྤངས་པའི་དགེ་བ་བྱས་པས་རང་ཉིད་  
གོས་ཟས་དང་མལ་སྟན་དང་ན་བའི་གསོས་དང་། ཡོ་བྱད་གཞན་གྱིས་མི་ཐོངས་ལ་  
གཞན་ལ་ཡང་བགོ་བཤའ་བྱེད་ཀྱས་པའོ། །འདིས་ནི་ཐོངས་པ་སྤངས་པའི་བྱིར་བདེ་  
བ་ལ་རེག་པའོ། །ལུན་ཆོགས་གསུམ་པོ་དེ་ལས་བརྒྱུག་པའི་ཐོངས་པ་གསུམ་དང་  
ལྷན་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལ་རེག་པར་གནས་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱང་སེམས་ཁྲིམ་པ་དང་  
རབ་བྱུང་གི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་མདོར་བསྟན་པ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ལ་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་པས་སྟག་མ་དཀའ་བ་སོགས་བདུན་ནི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་པ་དེའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའོ། །གསུམ་པ་བཤད་པ་དེའི་རབ་ཏུ་  
དབྱེ་བ་ལ་བདུན་ཏེ། དཀའ་བ་ནས་ནཱ་བར་དག་པའི་བར་རོ། །དང་པོ་དཀའ་བ་ལ་  
གསུམ་ལས་དང་པོ་ནི། འོངས་སྦྱོད་ཆེ་ལ་དབང་སྤྲུག་ལ་དབང་བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་  
ལས་དེ་གཉིས་སྤངས་ནས་སྒོམ་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པའོ། །དེ་ལ་གང་གིས་འོངས་  
སྦྱོད་པའི་ལུས་འབྱོར་པ་དང་གང་དང་སྟན་ཅིག་འོངས་སྦྱོད་པའི་གཉེན་འདབ་བྱས་ས་

ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་མང་བ་དང་གང་གིས་བསྐྱབས་པ་བྱན་ལ་སོགས་པ་མང་བ་དང་གང་ལ་སྐྱོད་པ་ཟས་ལ་སོགས་པ་མང་བ་སྟེ་བཞིས་ལོངས་སྐྱོད་ཆེ་བའོ། །གང་གི་ཕྱིར་སྐྱོད་”བ་འཛོ་”<sup>༡</sup>བ་ཆེ་བསྐྱན་པས་ལྟའོ། །བཀའ་”བཅན་<sup>༢</sup>བས་དེ་དག་ལ་ཅི་འདོད་འདོད་དུ་དབང་བསྐྱར་བས་དབང་ཕྱག་ཆེ་བའོ། །འབྲེལ་པ་ཁ་ཅིག་དབང་དང་ཕྱག་པ་སོ་སོར་འཆད་དོ། །

དཀའ་བ་གཉིས་བ་ནི། ཉམ་ཐག་སྟེ་སོག་ལ་ཐུག་ཀྱང་”སྟོམ་<sup>༣</sup>བ་སྒངས་བ་དེ་བག་ཅམ་ཉམས་པར་ཡང་མི་”བྱེད་ན་སྟོམ་<sup>༤</sup>བ་མེད་པར་ལྟ་ག་བྱེད་པའོ། །དཀའ་བ་གསུམ་བ་ནི། ”སྟོམ་<sup>༥</sup>བ་སྒངས་ནས་རི་སྤྱིད་འཛོའི་བར་དུ་རྒྱ་བ་དང་གནས་བ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བག་ཡོད་ལྟ་དང་བྱན་ཤེས་”མཚོག་<sup>༦</sup>དང་ལྟན་པས་ཚུ་ལ་བྲིམས་ལ་ཉེས་བ་སྤྱོད་འབྲེལ་བ་ཡང་མི་འབྱུང་ན་ལྟེ་བྟེ་ག་ལ་འབྱུང་བའོ། །འབྲེལ་བ་གཞན་དག་དང་པོར་ལེན་དཀའ་བ་དང་བར་དུ་སྤྱང་དཀའ་བ་དང་ཐ་མར་མཐར་ཕྱིན་དཀའ་བ་གསུམ་དུ་འཆད་ཀྱང་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་ལེན་བ་དང་སྤྱང་དཀའ་བ་གཉིས་སུ་བྱས་ནས་ཕྱི་མ་གཉིས་སྤྱང་དཀའ་བར་འཆད་པ་ལྟར་ལེགས་ཏེ། འགལ་རྒྱུན་གྱི་སྟོན་ས་བསྐྱང་དཀའ་བ་ནི་སོག་འཆད་པ་ལ་ཐུག་ཀྱང་མི་ཉམས་པར་སྤྱང་བ་ཡིན་ལ། བསྐྱབ་གཞི་དང་དུས་ཀྱི་སྟོན་ས་སྤྱང་དཀའ་བ་ནི་མ་གཞི་བའི་བར་དུ་

༡ འཛོ  
༢ བཅན  
༣ སྟོམ  
༤ བྱེད་ན་སྟོམ  
༥ སྟོམ  
༦ མཚོག

ཉེས་པ་སྤོས་ཀྱང་མ་གོས་པར་སྤང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་གསུམ་ལ་ད་ལྟ་  
དངོས་སུ་སློབ་པར་མ་ཁུས་ན་ཡང་སློབ་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ཏེ་སློབ་སྦྱངས་པས་སྐྱེ་བ་  
གཞན་དུ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བའོ། །གཉིས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སློབ་སྦྱངས་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། གཞི་  
ལས་ཡང་དག་པར་སྦྱངས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། ད་ལྟར་ཀྱི་སྦྱོར་བས་བསྐྱབས་པ་སྟེ་  
ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཡང་དག་པར་སྦྱངས་པའོ། །རང་བཞིན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི།  
སེམས་པ་དང་འདྲུ་བྱེད་པ་དང་སློབ་པ་ལ་མི་སྟོས་པ་སྟེ་ཁུས་པ་སང་པ་པར་ཕྱིན་གྱི་  
རྟགས་དང་ལྡན་པའི་རིགས་ལ་གནས་པའི་སེམས་རྒྱུད་རང་བཞིན་གྱི་དགེ་བ་ཁོ་ན་  
ཡིན་པས་ལུས་དག་གི་ལས་ཡོངས་སུ་དག་པར་འཇུག་པའོ། །

གོམས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། སྟོན་ཡུན་རིང་མོ་ནས་རྒྱན་ཆགས་སུ་ཞུགས་པ་  
སྟེ་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་སྟོན་གྱི་ཆེ་རབས་གཞན་དུ་གོམས་པར་བྱས་པའི་རྒྱུའི་  
སྟོབས་བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེས་པ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་  
དུ་མི་དགའ་ཞིང་ཡིད་འབྱུང་ལ་དགེ་བ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པ་ལ་དགའ་ཞིང་འདོད་  
པའོ། །ཐབས་དང་ལྡན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། གཞན་འདུལ་བའི་ཐབས་བསྐྱབ་བ་བཞི་ལ་  
བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ལུས་དག་གི་ལས་དགེ་བ་འཇུག་པའོ། །བསྐྱབ་  
བཞི་ནི་ཟང་ཟེང་གིས་སྤྱད་པའི་སྤྱིན་པ་དང་བསྐྱབས་པ་ལ་སྦྱང་དོར་གྱི་གནས་འདོམས་  
པའི་སྟན་པར་སྤྱབ་དང་སྤྱབ་པའི་དོན་ལ་སྤྱབ་ཏུ་འཇུག་པའི་དོན་སྦྱོད་པ་དང་གཞན་  
སྤྱབ་པ་ལ་སྤྱར་བ་ལྟར་རང་ཡང་དེ་ལྟར་གནས་པའི་དོན་མ་ཐུན་པའོ། །དེ་བཞིན་ནི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པའི་སྟོར་གྱུར་པས་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོལོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེས་བྱ་དམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། ལྷ་སྟེ་རང་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་

ལྷན་པ་དང་གཞན་ཐ་མལ་པར་གནས་པ་དག་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེན་དུ་འཇུག་པ་དང་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ལ་ཞེ་སྒང་བ་རྣམས་ལ་དེའི་བསྐྱགས་ཀྱི་པ་བརྗོད་པས་མནར་སེམས་ཞི་བར་  
བྱེད་པ་དང་། གཞན་དག་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་ཆོས་མཐུན་པ་པ་མཐོང་ན་ཡིད་  
དགའ་ཞིང་སྤག་དོག་མེད་པ་དང་ཉེས་པ་བྱུང་ན་ཆོས་བཞིན་དུ་ཕྱིར་འཆོས་པའོ། །དེ་  
ལྟ་ནི་གཞན་ལ་གཞོད་པ་སྤོང་ཞིང་དོན་མ་ལུས་པ་བསྐྱབ་པའི་དམ་པའི་ལས་དང་ལྷན་  
པས་དམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཏེ་དང་པོ་དང་ཐ་མས་རང་གི་དོན་དང་ལྷག་མ་གསུམ་  
གྱིས་གཞན་གྱི་དོན་སྐྱབ་པས་སོ། །བཞི་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི།  
རྣམ་པ་བརྒྱ་གསུམ་ཉེ་རྣམ་པ་བྱུག་དང་རྣམ་པ་བདུན་ནོ། །རྣམ་པ་བྱུག་གི་དང་པོ་རྒྱ་  
ཆེ་བ་ནི། བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཟུང་བས་གནས་རྫོགས་པ་དང་། བྱང་ལུབ་  
ཆེན་པོར་བསྐྱོས་པས་འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པ་ནི། འདོད་  
པའི་བསོད་ཉམས་ཀྱི་མཐའ་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བདེ་བ་དང་བྲལ་  
བའོ། །རབ་དུ་དགའ་བའི་གནས་དང་མཐུན་པ་ནི། ངལ་ཞིང་དུ་བ་པར་བྱེད་པའི་མཐའ་  
སྤངས་པས་དོན་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་བའོ། །རྟག་དུ་བྱེད་པ་ནི། བསྐྱབ་པ་  
སྤངས་པ་མི་འབྱལ་བར་རི་སྤྱོད་འཆོའི་བར་དུ་སྤྱོད་པས་བསྐྱབ་པའི་བར་གཅོད་པ་  
སྤངས་པའོ། །བརྟན་པ་ནི། རྟེན་པ་བཀུར་ལ་མི་ལྟ་བས་དེ་གཉིས་དང་རང་གི་ལམ་ལ་  
ངེས་པ་བརྟན་པས་པས་ཀྱི་གྲོལ་བ་དང་སྤང་བྱ་འགོག་པ་ལ་སྤན་འཇུགས་པས་ཉོན་  
མོངས་དང་ཉེ་ཉོན་ཏེ་མི་མཐུན་སྤྱོགས་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཐེལ་གྱིས་མི་ལོན་  
ཞིང་མི་འཕྲོགས་པའོ། །འབྲེལ་བ་རྣམས་ནས་རང་གི་བསྐྱབ་པ་སྤུལ་ཏེ་ལུ་སྤྱོགས་ཀྱི་

༡ བསྐྱགས་



གནས་སུ་སྡོམ་པ་མི་ལེན་པས་པས་ཀྱི་གྲོལ་བས་ཟེལ་གྱིས་མི་གཞོན་པར་འཆད་  
མོད་ཀྱང་བསྐབ་པ་མི་འབྱལ་བ་སྤར་བ་ཤད་ཟེན་པས་འདིའི་དོན་མིན་ནོ། །ཚུལ་  
ཁಲིམས་ཀྱི་རྒྱན་ནི་ཉན་ས་ནས་འབྱུང་བའི་དགེ་སྦྱོང་གི་རྒྱན་བཅུ་བདུན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཉན་ས་ལས་སྡོམ་དུ་མཛད་པ་ནི། དད་ལྡན་གཡོ་མེད་ནད་ཅུང་  
དང་། །བརྩོན་འགྱུས་ཤེས་རབ་འདོད་ཆུང་དང་། །ཚོག་ཤེས་གསོ་སྤྲ་དགའ་སྤྲ་  
དང་། །སྦྱངས་དང་མཛེས་དང་བོད་རིག་དང་། །སྦྱེས་བྱ་དམ་ཚོས་མཁས་རྟགས་  
དང་། །བཟོད་དང་རེས་དང་གྲོལ་ཡིན། །ཞེས་བཤོ། །རྣམ་པ་བདུན་གྱི་དང་པོ་ལྟོག་  
བའི་ཚུལ་ཁಲིམས་ནི། །གཏན་མི་བྱ་བ་ཁོ་ནས་སྟོག་གཅོད་སོགས་ཉེས་སྦྱོང་སྦྱོང་བ་  
ཡང་དག་པར་ལེན་བཤོ། །འཇུག་བའི་ཚུལ་ཁಲིམས་ནི། །གཅིག་ཏུ་རེས་པར་བྱ་བ་ཁོ་  
ནས་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་སྟོབ་བཤོ། །ཀུན་ནས་སྤང་བའི་  
ཚུལ་ཁಲིམས་ནི། །རྟག་ཏུ་བག་ཡོད་པས་འཇུག་ལྟོག་གཉིས་བསྤང་བཤོ། །དེ་གསུམ་ནི་  
ཚུལ་ཁಲིམས་ཀྱི་ངོ་བོའི་དབྱེ་བཤོ། །སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆོན་རྣམ་པར་སྦྱིན་པར་བྱེད་  
བའི་ཚུལ་ཁಲིམས་ནི། །ས་རྣམས་ལ་རི་ལྟར་འཆོམ་བའི་མཆོན་འགྲུབ་བའི་སྦྱབ་བྱེད་ལ་  
འཇུག་བཤོ། །ལྟག་བའི་སེམས་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་ནི། །བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉིང་རེ་“འཇིན་  
མང་པོ་འགྲུབ་པར་བྱེད་བཤོ། །སྦྱག་བའི་འགྲོ་བ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་ནི། །ལྷ་མིའི་ལུས་  
འགྲུབ་པར་བྱེད་བཤོ། །སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྦྱིན་པར་བྱེད་བའི་ཚུལ་ཁಲིམས་ནི།  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་འབྲས་བྱ་འགྲུབ་པར་བྱེད་བཤོ། །དེ་བཞིན་ཚུལ་ཁಲིམས་ཀྱི་  
འབྲས་བྱའི་སྟོན་སྤྲེལ་དབྱེ་བཤོ། །དེ་བཞིའི་དང་པོ་ནི་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་བར་པ་གཉིས་  
ནི་སྡོམ་པ་དང་ཐ་མ་ནི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁಲིམས་སུ་སྟོབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་

འོད་གྲིས་བཤད་དོ། །དེ་ལ་རྣམ་པ་བྱུག་ནི་ཡོན་ཏན་གང་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ལ་རྣམ་པ་  
བདུན་ནི་རོ་བོ་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་པའི་དབྱེ་བའོ། །ཞེས་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་  
བཞེད་དོ། །

ལྷ་པ་ཐོངས་ཤིང་འདོད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། བརྒྱད་དེ་གསུམ་ཉི་ལྔ་སོགས་  
བརྒྱད་རང་ཉིད་མི་འདོད་ཅིང་དེ་ལས་བརྒྱུ་བ་བརྒྱད་པོ་འདོད་པ་ལ་གཞན་གྲིས་མི་  
འདོད་པ་བསྐྱབས་ནས་བསད་པ་སོགས་གྲིས་ཐོངས་པ་སྟེ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བར་འགྱུར་  
ལ། བདག་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་བདག་གི་  
ཉམས་ལ་དཔགས་ཏེ་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་གཞན་ལ་མི་འདོད་པ་  
བརྒྱད་མི་སྟོད་པའོ། །མི་འདོད་པ་བརྒྱད་ནི། གསུམ་པ་དང་མ་བྱེན་ལེན་དང་འདོད་  
པ་ལ་གཡེམ་པ་དང་། རྩལ་དང་སྤྲ་མ་དང་དག་རྩལ་པོ་དང་ཆེ་གྲ་བ་གྲུལ་བ་དང་ལག་  
པ་བོང་བ་ལུག་གིས་བསྐྱུན་ཞིང་རྣམ་པར་འཆེ་གྲ་བའི་རེག་པ་སྟེ་ཕྱི་མ་གསུམ་མི་  
སྟུག་པའི་རེག་པའོ། །འདོད་པ་བརྒྱད་ནི་དེ་དག་ལས་བརྒྱུ་བ་ཆེ་རིང་བ་དང་ལོངས་  
སྟོད་ཆེ་བ་དང་རྩལ་མ་བསྐྱུམས་པ་དང་མི་སྟུ་བ་དང་འཁོར་མི་བྱེད་པ་དང་། ལྷན་པ་  
ཐོས་པ་དང་དོན་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རེག་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་མི་  
འདོད་པའི་ཐོངས་པ་བརྒྱད་སེལ་བ་དང་འདོད་པའི་ཕྱོགས་བརྒྱད་སྟུག་པར་བྱེད་པའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་ཐོངས་ཤིང་འདོད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱའོ། །བྲུག་པ་ཆེ་འདི་དང་  
གཞན་དུ་བདེ་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། རྣམ་པ་བཞེད་དང་རྣམ་པ་ལྟར་བྱེད་པས་

༡ གསུམ་

༢ ཆེ་གྲ་

༣ འཆེ་

དགུའོ། །དེ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་བཞི་ནི། སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་ལ་འཇུག་  
པ་དགག་པར་བྱ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་ནི་དེ་ལས་འགོག་པར་བྱེད་པ་དང་། གནང་  
བར་བྱ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་བ་བདེ་བའི་རྒྱ་ལ་མི་འཇུག་པ་རྣམས་ལ་ནི་གནང་བ་སྟེ་  
རྒྱ་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དང་། གནང་བཀག་གི་གནས་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་  
སེམས་ཅན་བསྐྱབ་པར་འོས་པ་རྣམས་ནི་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་དང་། གནང་བཀག་གི་  
གནས་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་སེམས་ཅན་“ཆར”གཅད་པར་འོས་པ་རྣམས་ནི་  
ཆར་གཅོད་པར་བྱེད་པ་སྟེ་དེ་བཞི་ལ་རང་གི་ལྷན་དག་གི་ལས་ཡོངས་སུ་དག་པར་  
འཇུག་པའོ། །

རྣམ་པ་ལྟ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་མ་གཏོགས་པ་པར་བྱིན་ལྷག་མ་ལྟ་དང་ལྟན་པའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟའོ། །དེ་དག་ནི་བྱང་སེམས་རང་དང་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་འདི་བྱིར་  
བདེ་བར་འགྱུར་བས་ན་འདི་དང་གཞན་དུ་བདེ་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་སྦྱིན་  
པས་ནི་བྱི་མ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་དང་བཟོད་པས་ནི་རང་གཞན་འདི་  
བྱིར་བདེ་བའི་རྒྱར་འགྱུར་ཞིང་བྱི་མ་ལ་གཡོག་འཁོར་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
བཅོན་པས་ནི་འདིར་མི་དགེ་བ་དང་མི་འདྲེ་ཞིང་བྱི་མར་སྤྱོ་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་དང་  
བསམ་གཏན་གྱིས་འདིར་བདེ་བ་ལ་རེག་ཅིང་བྱི་མར་རྣམ་པར་དག་པའི་ལྷན་སྐྱེ་བ་  
དང་ཤེས་རབ་གྱིས་འདིར་མཁས་པར་འགྱུར་ལ་བྱི་མ་ལ་ཤེས་རབ་བྱད་པར་དུ་འགྲོ་  
བའོ་ཞེས་ངོ་མ་སུ་ཉ་སོགས་འཆད་དོ། །བདུན་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི།  
རྣམ་པ་བཅུ་ལས་དང་པོ་ཉིད་ནས་ལེགས་པར་བླངས་པ་ནི། ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་དགེ་

སྒྲིང་གི་ཚུལ་འདོད་པ་དང་མཐར་ཐུག་པ་ན་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་ཕྱིར་དུ་  
ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲངས་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱལ་པོས་བཅས་པ་སོགས་ལས་ཐར་པ་དང་འཆོ་བ་  
འདོད་པའི་ཕྱིར་སྒྲངས་པ་མིན་པའོ། །

ཏ་ཅང་ཞུས་པ་མིན་པ་ནི། བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྒྱུ་མས་ཀྱི་བཅས་པ་ལས་འགལ་  
བར་བྱས་པ་ལ་རྒྱུ་དུ་འགྲོད་པའམ། འགྲོད་པ་རྒྱུ་བཞི་ཏ་ཅང་ཞུས་པ་ཡིན་ལ་དེ་  
མེད་ཅིང་འགྲོད་པ་ཆེ་བའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཉན་ས་ལས། ཇི་ལྟར་ན་ཏ་ཅང་ཞུས་པ་ཡིན་  
ཞེན་འདི་ལྟར་འདི་ན་ལ་ལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྒྱུ་མས་ལ་ངོ་ཆ་མེད་ཅིང་འགྲོད་པ་རྒྱུ་  
བ་དང་ལྟོད་ཅིང་གཡེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པས་འགྲོད་པ་རྒྱུ་བ་  
མེད་པ་ནི་འགྲོད་པ་ཆེ་བ་ལ་བྱའི་འགྲོད་པ་རྒྱུ་བ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་ལ་བྱས་ན་དེ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་ཏ་ཅང་ཞུས་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །ཏ་  
ཅང་ཐལ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི། འགྲོད་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་སྟོན་པས་མ་བཅས་པའི་  
མཆོམས་ལས་འདས་པ་ལ་འགྲོད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ཡིན་པས་དེ་མེད་  
པའོ། །ལེ་ལོ་མེད་པ་ནི། གཉིད་དང་སྒྲོས་འབེབས་པ་དང་ཉལ་བའི་བདེ་བ་རྒྱུ་མས་  
ཉམས་སུ་མི་ལེན་ཞིང་ཉིན་དང་མཆོན་དུ་དགོ་སྟོགས་ལ་བརྩོན་པའོ། །བག་ཡོད་པས་  
ཐེན་པ་ནི། སྒར་བཤད་པ་ལྟར་ཡན་ལག་ལྟེན་བག་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་པའོ། །སྒྲོན་ལམ་  
ལེགས་པར་བཏབ་པ་ནི། རྟེན་བཀུར་ལ་ཞེན་པ་མེད་པ་དང་ལྟ་ཉིད་དུ་སྒྲོན་ནས་  
ཆངས་སྒྲིད་ལ་གནས་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་མ་ཡིན་པའོ། །ཆོ་ག་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པས་  
ཐེན་པ་ནི། འཆག་པ་དང་འགྲེང་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིད་ལམ་དང་ཆོས་གོས་བགོ་བ་  
སོགས་ཀྱི་འབྲལ་གྱི་བྱ་བ་དང་ཁ་ཏྲོན་བྱ་བ་སོགས་ཀྱི་དགོ་བའི་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་

རྣམས་ལ་འདྲིག་ཉེན་དང་། འདུལ་བ་དང་མི་འགལ་བས་ལུས་ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོང་ཕྱན་  
སུམ་ཚོགས་ཤིང་འཆམ་བཤོ། །“འཆོ་”ལ་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་བས་ཟིན་བཞི། ཚུལ་  
འཆོས་ལ་སོགས་པའི་ལོག་འཆོ་ལྗེའི་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་བཤོ། །མཐའ་གཉིས་  
སྤངས་བཞི། ཆོས་གོས་དང་བསོད་སྟོམས་དང་མལ་ཆ་སོགས་ཆོས་སམ་ཆོས་མ་  
ཡིན་པས་གཞན་ལས་བཅའ་བ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པས་སྦྱོང་ཅིང་དེ་ལ་ཉེས་  
དམིགས་སུ་མི་ལྟ་བའི་འདོད་པའི་བསོད་སྟོམས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཆོར་མ་དང་ཐལ་  
བའི་ནང་ན་ཉལ་བ་སོགས་དང་མེ་དང་ཆུར་ལན་གསུམ་དུ་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱིས་  
བདག་ཉིད་གཏུང་ཞིང་དཀའ་ཐུབ་པའི་ལེན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་བ་པར་བྱེད་པའི་  
རྗེས་སུ་སྦྱོར་བ་སྤངས་བཤོ། །ངེས་པར་འབྲིན་བཞི། ལུ་སྟེགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ལྟ་བ་རྣམས་པར་སྤངས་བཤོ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་སྤངས་པ་མ་ཉམས་པ་ནི། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་ངོ་ཆ་  
མེད་ཅིང་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་མི་ལྟ་བས་བཅས་པའི་མཆམས་ལས་འདའ་བའི་ཉམས་  
པ་དང་ཅ་བའི་ལྟར་བ་ལ་སྦྱོང་པས་མེད་པར་མི་བྱེད་བཤོ། །དེ་ལྟར་མདོར་བསྟན་དུ་  
བཅུར་གསུངས་པ་ལ་རྒྱས་བཤད་ནས་བཅུ་གཅིག་འབྱུང་ངོ་། །འདི་ལ་ངི་ན་སུ་ཉམས།  
ཉེས་པ་དེ་གཉིས་ཀའི་གཉེན་པོར་ངི་ལྟར་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པར་སྦོབ་པས་  
ན་རྣམས་པར་དག་པའོ་ཞེས་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་སྦྱོར་བ་ཏུ་ཅང་ཁྱམ་པའི་ཉེས་པ་དང་བསྐྱབ་  
པ་མ་བཅས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཏུ་ཅང་ཐལ་བའི་ཉེས་པ་གཉིས་ཀྱི་གཉེན་པོ་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པས། ཏུ་ཅང་ཐལ་བ་མིན་པ་དང་ཏུ་ཅང་ཁྱམ་པ་མིན་པ་གཉིས་

༡ འཆོ

༢ ཉམས

གཅིག་ཏུ་བྱེད་པར་གསལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཡོད་ཀྱིས་ཀྱང་བསམ་པའི་ཉེས་པ་ནི་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཏེ་མེན་པའི་དུས་ན་ཉེས་པར་སྒྲངས་པ་དང་། བསྐྱར་བའི་དུས་ན་ཏ་ཅང་ལྷམ་  
པ་དང་ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ལ། སུ་སུ་བས་ནི།  
ཚུ་ལ་ཁྲིམས་སྒྲངས་པ་མ་ཉམས་པ་ནི་གོང་དུ་བསྐྱེད་པ་བཅུ་འཛུགས་སྤྱད་དུ་བྱེད་བར་  
སྤང་རོ། །དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སློབ་དཔོན་ཉིད་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
སར་བག་མེད་པ་དང་ལེ་ལོས་ཡོངས་སུ་བེན་པ་ཞེས་རྣམ་དག་བཅུ་འཛུགས་ཀྱི་  
ཉེས་པ་བཅུ་འཛུགས་སུ་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པས་ན་བག་ཡོད་དང་ལེ་ལོ་མེད་  
པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་གཞུང་གི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་དང་པོ་ནས་ཉེས་པར་སྒྲངས་པ་དང་ཏ་ཅང་ལྷམ་པ་དང་ཐལ་ཆེས་པ་  
དང་བག་མེད་པ་དང་ལེ་ལོས་ཡོངས་སུ་བེན་པ་དང་ལོག་པར་སློན་པ་དང་ཆོ་ག་  
ཉམས་པས་བེན་པ་དང་འཆོ་བ་ཉམས་པས་བེན་པ་དང་མཐའ་གཉིས་སུ་སྤྱད་པ་དང་  
ངེས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་གྱུར་  
པ་སྟེ། ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་བཅུ་དང་བྲལ་བས་ན་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པའམ་རྣམ་  
པར་དག་པའི་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཞེས་བྱའོ། །བཞི་བ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པན་ཡོན་ལ་གཉིས་  
ལས་མཐར་ཐུག་གི་པན་ཡོན་ནི། དེ་ལྟར་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྤང་པོ་  
འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་སྟེད་པ་སྟེ། འདི་ལ་བརྟེན་ན་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་  
ཕྱིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ནས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཆང་རྒྱ་བའོ། །དེ་ལ་སྤང་པོ་  
ཆེན་པོ་ཞེས་པ་ནི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཡིན་  
པའམ་ཡང་ན་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་རྒྱས་ཤིང་ཆད་མེད་པ་དང་རྫོགས་པའོ། །སངས་མ་རྒྱས་

པའི་བར་དུ་ཡང་གནས་སྐབས་ཀྱི་པན་ཡོན་ལྔ་འཛོལ་སྟེ་འདི་ལྟར་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་པར་འགྱུར་བ་དང་མཆོག་ཏུ་དགའ་བ་ཆེན་པོ་ལ་  
གནས་བཞིན་དུ་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དང་ལུས་ཞིག་ནས་ཀྱང་གང་ན་  
རང་དང་ཚུལ་སྤྲོས་མཆོངས་པ་འཕམ་ལྟག་པའི་བྱང་སེམས་སྐལ་བ་འདྲ་ཞིང་ཆོས་  
མཐུན་པ་བ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་དུ་གྱུར་བ་དག་གནས་པ་དེར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་  
དང་། ཆེ་འདི་ལ་ཚུལ་སྤྲོས་ཀྱི་པར་བྱིན་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པར་བྱེད་པའི་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཆད་མེད་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་དང་ཆེ་བྱི་མ་ལ་ཡང་རང་  
འབྱུངས་ཀྱི་ཚུལ་སྤྲོས་ཉིད་དེ་དེའི་བདག་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའོ། །དེའི་གཉིས་  
པའི་དོན་ནི་བྱི་མར་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དང་སྤང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་འཆི་བའི་  
འཛིགས་པ་ལས་འདས་པའི་བྱིར་མཆོག་ཏུ་དགའ་བ་ཆེན་པོ་འཛོལ་པ་ལ་རྩི་ན་སུ་ཅ་  
སོགས་འཆད་ལ། ས་སུ་བྱས་དེ་དང་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཆད་མེད་པ་དང་ལྡན་པས་ངན་  
སོང་གི་འཛིགས་པ་མེད་པ་དང་གཉིས་ལ་བཤད་དོ། །

ལྔ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རིམ་བཤར་བདག་འབྲས་དང་བྲལ་འབྲས་དང་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་  
འབྲས་བྱ་དང་སྐྱེས་བྱ་བྱེད་འབྲས་དང་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བྱ་ལ་ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་  
འབྲེལ་པར་བཤད་དེ་བྲལ་འབྲས་སུ་བཤད་པ་ནི་ཉིས་སྟོན་ཅེ་བཅའ་བ་དང་ལེགས་  
སུ་སྟོན་པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་བྲལ་བ་ལ་བཞེད་དོ། །དེ་ལ་པན་ཡོན་དང་པོ་ནི་འདི་  
བྱི་གཉིས་ཀར་འཛོལ་པའི་པན་ཡོན་ཏེ་“སྟོམ”པ་རྩི་སྤྲོད་གནས་པ་དེ་སྤྲོད་དུ་རྒྱལ་བ་  
སྤྲས་བཅས་ཀྱིས་བྱ་དང་སྐྱུན་དང་འདྲ་བར་དགོངས་པས་དགེ་བའི་ཆོས་མི་ཉམས་

ཤིང་འཕེལ་བའོ། །

གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་ནི་ཆོ་འདིའི་ཕན་ཡོན་འཆི་ཀར་ངན་འགྲོའི་འཛིགས་པ་  
མེད་ཅིང་བདེ་འགྲོ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་འགྲོ་བར་མཐོང་ནས་དགའ་བ་དང་དེའི་གོང་དུ་  
ཡང་སྒྲིབ་འཕྲུག་ལས། གང་ནས་བཟུང་སྟེ་སེམས་ཅན་ཁམས། །མཐའ་ཡས་རབ་ཏུ་  
དམྱོལ་བའི་ཕྱིར། །སེམས་དེ་ཡང་དག་སྒྲུངས་གྱུར་པ། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་  
གས། །བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཤུགས། །རྒྱན་མི་འཆད་པར་དུ་མ་  
ཞིག །ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་  
ལ་ཡང་ཆོད་མེད་པའི་ཆོགས་འཕེལ་བའོ། །གསུམ་པ་དང་ལྔ་པ་ནི་སྐྱེ་བ་གཞན་གྱི་  
ཕན་ཡོན་ཏེ་བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་སྐྱེ་བ་དུ་མར་སྒྲོམ་པ་དང་  
མི་འབྲལ་བའོ། །ཕྱི་མ་འདིའི་རྒྱ་གཞན་ནི་འོད་སྤངས་ཀྱིས་ཞུས་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་མི་བརྗེད་པའི་རྒྱར་གསུངས་པ་ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་སྤྲོང་བ་ལ་སོགས་པ་  
ལ་སྒྲོབ་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་མང་དུ་མིས་བརྟགས་ན། །  
དེ་ལ་གནས་པའི་ནམ་པར་རྟོག་པ་དེས། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་དེ་ལ་སེམས་གཞོལ་འགྱུར།  
ཞེས་ལན་མང་པོར་རྒྱན་ལྟན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེའི་རྗེས་སུ་སེམས་གཞོལ་བར་  
གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྟ་བཞིན་དོ། །ཕན་ཡོན་སྒྲིབ་མེད་པ་དེ་  
དག་མཐོང་བའི་མཁས་པས་ནི་རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ་ལ་འབད་བ་བྲག་པོ་  
དང་ལྟན་པར་བྱའོ། །ལྟ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྟུ་བ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་ལ་  
སོགས་པ་དགྲུ་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་  
ཀྱིས་བསྟུས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དགྲུ་པོ་རེ་རེ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ཀྱིས་



བསྐྱུས་པར་རྩིན་སྲུང་དང་ས་སྲུངས་བཤད་དོ། །དྲུག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་  
ནི། ཅིའི་ཕྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་དུ་ངེས་ཤེ་ན། འདི་ལྟར་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱ་བ་ནི་  
མདོར་བསྐྱུན་གསུམ་དུ་ཟད་དེ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་སེམས་  
གནས་པ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་ཚོས་སློན་པར་བྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་  
རྒྱུད་སློན་པར་བྱེད་པ་གསུམ་ཡིན་ལ་དེ་རྣམས་ཀྱང་སྟོམ་པ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་  
ཉེས་སྦྱོར་ལས་ལྡོག་པའི་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་འབད་པའི་སྟོན་ནས་སེམས་དགེ་  
བའི་དམིགས་པ་ལ་བཀོལ་དུ་རུང་བའི་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་གནས་པ་མེད་ན་  
ཚུལ་ཁྲིམས་གཞན་གཉིས་ཀྱི་གཞི་སྟོར་བ་ཡིན་པས་སྤར་བསྐྱུ་བའི་ལུང་བྲངས་པ་  
ལྟར་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་ཐོག་མར་གཅེས་སྤྲས་སྲུ་བྱ་སྟེ་དེ་ཡང་སོ་ཐར་ངེས་  
བདུན་ལ་གསུངས་པས། བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོམ་པ་གང་ཁས་བྲལ་སྤངས་  
པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འབད་པར་བྱའོ། །

འདི་ནི་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཀྱང་ནན་ཏན་དུ་གསུངས་ཏེ། རི་རྒྱད་དུ་རིན་པོ་  
ཆེའི་སྤང་བ་ལས། དེ་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིས། །དང་པོར་བསྐྱབ་ལ་རབ་གྲུས་  
བྱ། །སོ་སོར་ཐར་པ་འདུལ་བཅས་དང་། །མང་ཐོས་དོན་གཏན་དབབ་ལ་བསྐྱིམ། །ཞེས་  
གསུངས་པས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་དོན་འདི་ལ་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་སྤྲང་རོ། །ཚུལ་  
ཁྲིམས་གཞན་གཉིས་ཀྱང་ཐོག་མར་རང་སློན་བྱེད་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་  
གཙོ་པོར་འབད་དགོས་ཏེ། རང་མ་སློན་པར་གཞན་སློན་པར་བྱེད་པ་ནི་གནས་མ་  
ཡིན་ཞིང་སྐྱབས་མེད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་

དབྱུངས་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཏུ་ཟད་ཅིང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པན་ཡོན་ཡང་དུག་པོ་དེ་དག་  
 ཏུ་ཟད་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡང་ཆེ་འདི་ལ་བདེ་བར་གནས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་གནས་  
 སུ་གནས་པ་དང་ལྷན་སེམས་དུབ་པ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲིན་པར་བྱེད་  
 པ་དང་སེམས་ཅན་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཏུ་ཟད་དོ། །རང་བཞིན་པན་  
 ཡོན་བྱ་བ་གསུམ་པོ་དེ་ལས་གོང་ན་ཡང་མེད་ལ་གསུམ་པོ་དེ་ལས་ལྷག་པ་སྟེ་དེར་མ་  
 འདུས་པ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལ་ནི་འདས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་སོགས་སྤར་  
 བངས་པ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་དུས་གསུམ་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདི་ཁོ་ན་  
 ལྟར་སྟོབ་ཀྱི་ཁ་ཅིག་འདི་ལ་སྟོབ་ཀྱང་ཁ་ཅིག་གཞན་ལ་སྟོབ་པ་ལྟ་བུ་མིན་པས་བྱང་  
 སེམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཟོད་པ་གཅིག་  
 པའི་ལམ་དུ་བསྟན་པས་ལམ་ལ་ཡིད་གཉིས་སེལ་བའོ། །

འདི་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐབ་པའི་ཚུལ་ཏེ་“པར་ཉི་ཕྱིན་ལྷག་མ་དང་བསྐྱ་བཞི་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་བསྐབ་ན་  
 དེའི་ཆེ་བསྐབ་བྱ་གཞན་ལ་སྟོབ་པར་མ་རུས་པ་ལ་ཉེས་མེད་དུ་གསུངས་ཏེ། འོན་ཀྱང་  
 བསྐབ་བྱ་ལྷག་མ་ལ་སྟོབ་པའི་ཁུར་ནི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འདོར་དུ་མི་རུང་ངོ། །དེ་  
 ལྟར་བྱང་སེམས་ལས་དང་པོ་པ་ལ་ཐོག་མར་གཤམ་ཆེ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེའུ་འདི་  
 གཞུང་རྫོགས་པར་བྱངས་ནས་བཀའ་ན་ཆོག་ཏུ་ཅང་མངས་པར་མཐོང་ནས་དོན་  
 ཅུམ་ཞིག་བྱང་སའི་འགྲེལ་བ་གཉིས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེའུ་འི་འགྲེལ་བ་གཉིས་དང་  
 གཞན་ཡང་བསྐབ་བརྟུས་དང་། ལྷོད་འཇུག་ཅ་འགྲེལ་སོགས་བརྗོད་བྱ་མཐུན་པའི་

བསྟན་བཅོས་ནཱ་བར་དག་པ་མང་པོ་དང་མདོ་སྡེ་ནཱ་ས་ལ་ཡང་བརྟེན་ནས་ལེན་པ་  
དང་བསྐྱར་བ་དང་ཕྱིར་བཅོས་པའི་དཀའ་གནས་ནཱ་ས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་པབ་པ་  
ཡིན་ནོ། །

ས་སྤྱད་མེ་ཟླས་བྱས་ཟེར་བའི་འགྲེལ་བ་ནི་བྱང་སའི་རྒྱས་འགྲེལ་རྩོམ་པ་པོ་  
རྒྱ་མཚོ་སྤྱན་དང་མིང་མཐུན་པ་ཞིག་ཏུ་སྤང་གི་སློབ་དཔོན་དེ་མིན་ནོ། སངས་རྒྱས་  
སྤྱབ་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི། །གང་དུ་འཇུག་ཀྱང་ངེས་པར་བྱ་དགོས་པ། །ཐེག་ཆེན་  
ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟོན་འཇུག་གཉིས། །ལེགས་པར་བཟུང་ནས་རི་ལྟར་ཁས་སྦྱངས་  
བཞིན། །རྒྱལ་སྤྱས་སྟོད་ལ་སློབ་པ་འདི་མེད་པར། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་འགྲོ་བའི་  
ལམ་ཡོད་པ། །རྒྱལ་དང་དེ་སྤྱས་མཁས་ནཱ་ས་མི་བཞེད་ཀྱང་། །རྩི་རྩེ་ཐེག་དང་པ་  
རོལ་ཕྱིན་པ་ལ། །གནང་བཀལ་མི་འདྲ་འགའ་རེ་གསུངས་པ་ལ། །ཆེས་ཆེར་འཇུག་  
ཞིང་མདོན་རྩོམ་གྱིས་མཐོ་བའི། །སྤྲུལ་དམན་ནཱ་ས་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སྤྱི་ཡི་གཞུང་། །དྲི་  
མ་མེད་པའི་ལམ་བཟང་རྒྱབ་པར་བྱས། །དེ་ཕྱིར་རྩི་རྩེ་ཐེག་པར་འཇུག་ན་ཡང་། །དྲི་  
མ་“མེད”པའི་མདོ་སྡེ་ནཱ་ས་ཀྱི་དོན། །བྱམས་པ་ལྷ་སྤྱབ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བཤད་  
པའི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་སྟོམ་པ་བཟུང་ནས་ནི། །པར་ཕྱིན་དུག་ལ་སློབ་པ་  
གཞིར་བྱང་ལ། །རྩི་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་སྟོན་པ་ཐོབ། །དེ་ནི་མ་ཆང་མེད་པའི་ཐེག་  
མཆོག་ལམ། །དེ་ལས་གཞན་ནཱ་ས་ཀྱིས་པ་དགའ་སྟེད་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྤྱས་བཅས་  
རྒྱལ་བའི་བསྟོད་གཅིག་ལམ། །རྒྱལ་སྤྱས་སྟོམ་པ་དག་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ། །ཡིད་  
ཆེས་ལུང་དང་དྲི་མེད་རིགས་པ་ལས། །ནཱ་བར་བརྒྱལ་བའི་རང་བཟོའི་དྲི་མ་

ཡིས། །མ་བསྐྱད་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཅི་བཞིན་དུ། །གོ་སྤྱི་ཆིག་གིས་རྣམ་པར་  
བཟུལ་བ་འདིས། །གང་ལ་རྒྱན་དུ་གྱས་པའི་མཐུས་བྱང་བ། །འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་  
རྟག་དུ་བྱལ་འཆལ་ལོ། །ཐེག་མཆོག་ལམ་ཟབ་བདག་སྟོ་བྱིས་པའི་ཚུལ། །དེ་བྱིར་  
ཆིག་དང་དོན་ལ་སྟོན་ཆགས་ན། །འཕགས་དང་མཁས་པའི་སྤྱན་སྤར་བདག་  
འཆགས་ཀྱིས། །བཅེ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་འོངས་དེ་བསྒྲིག་དུ་གསོལ། །ཐུབ་བསྟན་སྤྱི་  
དང་ཁྱད་པར་ཐེག་མཆོག་གི། །ལམ་གྱི་སྟོག་རྣམས་པལ་ཆེར་རུབ་པ་ཡི། །ཚུལ་འདི་  
མཐོང་ནས་བསྟན་པ་གནས་བྱའི་བྱིར། །དེ་ལྟར་འབད་ལས་དགེ་བ་གང་བསགས་  
པ། །དེ་ཡིས་འགྲོ་གྲུན་ལམ་ལྟར་བཅོས་པ་ལ། །དགའ་བ་མེད་ཅིང་ཡང་དག་ལམ་གྱི་  
གནད། །རྟོགས་པར་མཐོང་ནས་སྒྲུབ་ལ་བརྩོན་པར་ཤོག། །བདག་ཀྱང་ཆེ་རབས་གྲུན་  
དུ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །དམ་པའི་མགོན་གྱིས་བཟུང་ནས་ཐེག་པ་མཆོག་ །ཚུལ་  
བཞིན་རྟོགས་ནས་འགྲོ་བ་སྟོལ་བའི་ཁྱད། །ཁྱེར་ནས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱེད་  
ཤོག།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་པ་བཟུང་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡོངས་སུ་  
དག་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་རྣམ་པར་བཤད་པ་བྱང་རྒྱལ་གཞུང་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་མོས་པ་རྒྱུད་ཟད་སྤྱེས་པ་ཤུགས་དགེ་སྟོང་སྟོ་བཟང་  
གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱི་ཀྱི་སྟོམ་པ་བཟུང་ནས་བསྒྲུབ་པ་ལ་སྟོབ་པར་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱང་ར་སྤྱིང་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་སུ་སྤྱར་བའོ། ། །

༡༣། །གསང་སྒྲགས་ཀྱི་རྩྭ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནམ་བཤད་དངོས་བྱབ་  
 ཀྱི་སྟེ་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཀྲགས་སོ། །

༡༣། །ན་མོ་གུ་རུ་མཆུ་རྩོ་ལ། བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའ་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོན་ས་  
 བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་སྟོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩྭ་ལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་  
 དག་པར་བྱ་བའི་རྩྭ་ལ་རྣམ་པར་བཤད་པ་དངོས་བྱབ་ཀྱི་སྟེ་མ་ཞེས་བྱ་བ། རྗེ་བཙུན་  
 དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ལ་གྲུས་པས་ཐུག་འཆའ་ལོ། །

གང་གི་ཐུགས་ཀྱི་བཅེ་བས་ཉེར་དགོངས་ཆོ། །སྤྱན་སོགས་སྟོ་མོས་  
 མཆོག་གི་དབང་བསྐྱར་ཞིང་། །བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཤིས་པའི་གདངས་སྟུན་  
 སྟོག་ །ཁྲི་བོའི་དབང་པོས་བགེགས་དབྱང་ཀྱན་བཅོམ་ནས། །དངོས་བྱབ་རབ་  
 འབྲམས་འགྲོ་ལ་སྟོལ་མཛད་པའི། །ཁྱབ་བདག་དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའ་  
 དེས། །བདག་ལ་བྱ་བཞིན་ཉེ་བར་དགོངས་མཛོད་ལ། །བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོ་གོགས་  
 མེད་འདུ་བར་མཛོད། །སྤྱས་བཅས་རྒྱལ་བས་རྟག་ཏུ་བྱིན་རྒྱུ་ཅིང་། །གནས་གསུམ་  
 མཁའ་འགྲོས་བཅེ་བས་གོགས་མཛད་པས། །རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྟོར་ཞུགས་སྐྱབ་པ་  
 པོའི། །ཡོན་ཏན་ཡར་ངོའི་རྒྱ་བཞིན་འཕེལ་བའི་གཞི། །དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་དག་པར་  
 བྱེད་པའི་རྩྭ་ལ། །མཁས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འདིར་བཤད་ཀྱིས། །ཟབ་མོ་རྗེ་རྗེ་  
 ཐེག་པས་འགྲོ་འདོད་རྣམས། །ཡིད་རབ་བརྟུང་དེ་གྲུས་པས་མཉན་པར་ཀྱིས། །

རི་སྐད་དུ་རྒྱ་མ་ལུ་བཙུ་བ་ལས། དེ་ནས་སྒྲགས་སོགས་བྱིན་པ་ཡིས། །དམ་

ཆོས་སྒོད་དུ་བྱས་ནས་སྟ། ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་ནི། །བསྐྱུག་དང་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་  
བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནི་མ་མེད་པའི་དབང་བསྐྱར་བས་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་  
སྒོད་དུ་བྱས་པའི་སྐྱབ་པ་པོ་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་ནས་འགོ་བར་འདོད་པ་རྣམས་གྱིས་  
ནི། ཐོག་མར་དངོས་བྱུབ་གཉིས་གྱི་ཅ་བ་དམ་ཆིག་དང་སྒོམ་པ་རྣམས་པར་དག་པར་བྱ་  
བ་ལ་འབད་དགོས་ཏེ་བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་གྱི་ལེ་འུ་དང་པོ་ལས། འིན་ཏུ་མཉམ་  
གཞག་སྐྱབ་པ་པོས། །ཏྭ་ཏུ་དམ་ཆིག་བསྐྱར་བར་བྱ། །དམ་ཆིག་ཉམས་པས་དཀྱིལ་  
འཁོར་དུ། །དབང་བསྐྱར་དངོས་བྱུབ་ཐོབ་མི་འགྱུར། ཞེས་དང་། དཔལ་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་དང་མཉམ་པར་སྦྱོར་བ་མཁའ་འགོ་མ་སྐྱུ་མ་བདེ་མཆོག་གི་བརྟག་པ་  
བདུན་པ་ལས་ཀྱང་། དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ནི་མ་ཞུགས་ཤིང་། །དམ་ཆིག་རྣམས་ནི་སྤངས་  
པ་དང་། །གསང་བ་ཡང་དག་མི་ཤེས་པས། །བསྐྱབས་ཀྱང་ཅ་ཡང་མི་འགྱུབ་  
པོ། །ཞེས་བསྐྱར་བྱ་ལ་སོགས་པའི་དམ་ཆིག་རྣམས་མ་བསྐྱངས་པར་ཡལ་བར་  
བཞག་པ་རྣམས་གྱིས་ལམ་བསྐྱབས་ཀྱང་དངོས་བྱུབ་ཅི་ཡང་མི་འགྱུབ་པར་གསུངས་  
པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་འདིར་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་པ་རྣམས་གྱི་ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་  
ཆིག་རྣམས་བཤད་པར་བྱའོ། །འདི་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཐོག་མར་དམ་ཆིག་དང་སྒོམ་  
པ་རྩེ་ལྟར་ཁས་སྤངས་པའི་ཚུལ་དང་། །ཁས་སྤངས་པའི་སྒོམ་པ་དང་འགལ་བའི་ལྷུང་  
བ་གཉན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྒོམ་པ་བསྐྱུག་པ་བཤད་པ། སྒོམ་པ་  
གཟུང་བ་བཤད་པ། །སྒོམ་པ་བཟུང་མ་བཟུང་ལ་དབང་རྩེ་ལྟར་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་  
པོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རིགས་ལྡ་སོ་སོའི་དམ་ཆིག་དང་། ལྷེའི་དམ་ཆིག་གོ། །དང་  
པོ་ལ་ལྡ། རྣམ་སྤང་གི་དམ་ཆིག་དང་། མི་བསྐྱོད་པའི་དམ་ཆིག་དང་། རིན་འབྱུང་གི་

དམ་ཚིག་དང་། འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དམ་ཚིག་དང་། རྟོན་ཡོད་གྲུབ་པའི་དམ་ཚིག་གོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱུ་ཚུ་ཚུ་དང་དགེ་འདུན་ཏེ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་། །འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་ཚུ་རིགས་དགའ་བའི། །དམ་ཚིག་བརྟན་པར་འགྱུར་པའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ཚུ་དང་ཚུ་དང་དགེ་འདུན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོངས་ཤིག་ཅེས་བསྐྱེལ་ནས་དེ་འདྲ་བ་འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་ཚུ་ཏེ་རྣམ་སྒྲུང་གི་རིགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་གོ། །དག་པ་ཞེས་རྒྱ་གཞུང་མང་པོ་ནས་འབྱུང་ཡང་ནག་པོ་སྟོད་པའི་དཀྱིལ་ཚོག་གཉིས་དང་མཚོ་སྐྱེས་སོགས་ཀྱི་དཀྱིལ་ཚོག་ཏུ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་། །འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་ཚུ་རིགས་ཡིད་འོང་། །ཞེས་གསུངས་པས་འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་ཚུ་རིགས་དགའ་བའི་ཞེས་འབྱུང་བདག་པ་ཡིན་ནོ། །བརྟན་པ་ནི་མི་མ་སྐྱུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཕྱེད་པར་དཀའ་བའི་རྟོན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། རྟོན་ཐེང་བའི་བྱ་ཕྱག་རྒྱ་ཡང་། །སྟོ་ཆེན་གྱིས་ནི་གཟུང་བར་གྱིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གང་དེ་རྟོན་ཏེ། །ཤེས་རབ་བའི་བྱ་ཞེས་བཤད་དོ། །སྟོ་བ་དཔོན་དག་ཀྱང་གཟུང་བར་བྱ། །སྟོ་མ་སངས་རྒྱུ་ཚུ་ཀུན་དང་མཉམ། །འདི་ནི་རྟོན་ཐེང་བའི་རིགས་དག་པའི། །སྟོ་མ་པ་དམ་ཚིག་ཡིན་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྟོན་ཐེང་བའི་བྱ་དང་ཕྱག་རྒྱ་དག་སྟོ་གོས་ཆེན་པོ་ཅན་ཁོད་ཀྱིས་གཟུང་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སྟོག་པའོ། །གཟུང་བར་བྱ་བ་དེ་གང་ཡིན་སྟུང་ན། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གང་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏེ་འདི་གསུམ་ནི་སྟོ་མ་པ་གཟུང་བའི་སྐབས་སུ་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་གསུམ་དུ་མ་ཟད་རྟོན་ཐེང་སྟོ་བ་དཔོན་དག་ཀྱང་གྲུས་པས་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ་སྟོ་མ་ནི་གྲུས་བ་དང་མ་གྲུས་པའི་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་སངས་རྒྱུ་ཚུ་ཀུན་དང་མཉམ་པ་སྟེ་འདྲ་བའི་

བྱུང་རྟོ། །དེ་ལྟར་བཞི་པོ་བསྐྱེད་བ་འདི་ནི་དོན་རྟེན་གྱི་མི་བསྐྱེད་པའི་རིགས་ཡོངས་སུ་  
 དག་པའི་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །འདི་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི་དགྲིལ་ཆོག་བཞི་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་པའི་འགྲེལ་པར་ཤུ་རྩེ་བས། དམ་  
 ཆོག་ནི་འདའ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་རྟོ། །སྟོམ་པ་ནི་བྱ་བ་དང་མི་བྱ་བའི་རིས་  
 པའོ། །ཞེས་བྱ་རྒྱ་མི་བྱེད་པ་དང་མ་བྱེ་རྒྱ་བྱེད་པ་འགོག་ཅིང་སྟོམ་པ་དང་རི་ལྟར་  
 བཅས་པ་ལྟར་འདའ་བར་མི་བྱ་བར་ཉམས་སུ་བླངས་པ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་དགྲིལ་ཆོག་  
 དོན་རྟེན་གྱི་བྱུང་པ་དང་དོན་རྟེན་མཁའ་འགྲུའི་འགྲེལ་པར་ཡང་བཤད་པས་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། རིན་ཆེན་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ། ཉིན་དང་མཆོན་མོ་ལན་  
 གསུམ་དུ། ཟང་ཟེང་མི་འཛིགས་ཆོས་དང་བྱམས། སྦྱིན་པ་རྣམ་བཞི་རྟག་ཏུ་སྦྱིན།  
 ཞེས་གསུངས་ཏེ། རིན་ཆེན་ནི་རིན་འབྱུང་སྟེ་དེའི་རིགས་ལ་ཉིན་ལན་གསུམ་དང་  
 མཆོན་མོ་ལན་གསུམ་སྟེ་དུས་དུག་ཏུ་ཟང་ཟེང་གི་སྦྱིན་པ་སོགས་སྦྱིན་པ་བཞི་རྟག་ཏུ་  
 སྦྱིན་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་རིན་ཆེན་རིགས་དག་པའོ། །དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་ཡིན་པར་  
 གསུངས། ཞེས་པ་ནི། དོན་རྟེན་ཅེ་མོན་མི་སྤྱང་ཞིང་དེ་ཉིད་སྤྱང་བ་དང་དཔལ་མཆོག་  
 འགྲེལ་ཆེན་སོགས་ནའང་མི་སྤྱང་སྟེ་ཞང་བ་དང་པོས་དེའི་དོན་བསྟན་པས་སོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ལས་རིགས་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། བྱེད་དང་གསང་བ་ཐེག་པ་  
 གསུམ། །དམ་ཆོས་ཁྱོད་ཀྱིས་གཟུང་བར་བྱ། །འདི་ནི་བརྒྱའི་རིགས་དག་པའོ། །དམ་  
 ཆོག་སྟོམ་པ་ཡིན་པར་གསུངས། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐེག་པ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་  
 དམ་ཆོས་རྣམས་ཁྱོད་ཀྱིས་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་བརྒྱ་སྟེ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་  
 རིགས་ཡོངས་སུ་དག་པའི་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །ལྷ་པ་ནི།



ལས་ཀྱི་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ། སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ལྷན་པར་ནི། ཡང་དག་ཉིད་  
དུ་གཟུང་བར་གྱིས། མཆོད་པའི་ལས་ཀྱང་ཅི་རུས་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལས་ནི་  
དོན་གྲུབ་པ་སྟེ་དེའི་རིགས་ལ་སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་གཟུང་བ་དང་མཆོད་  
པའི་ལས་ཀྱང་བྱའོ་ཞེས་པའོ། གཉིས་པ་རིགས་ལྷ་སྤྱིའི་དམ་ཆོག་ལ་གསུམ། ཅ་  
བའི་དམ་ཆོག་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་དང་། དོན་བསྟུས་པའོ། འདར་པོ་ནི། དེ་  
ལས་གཞན་པ་བཅུ་བཞི་ནི། པས་པམ་པར་ནི་རབ་རྩ་བཤད། སྤང་ཞིང་དོར་བར་མི་  
བྱ་སྟེ། ཅ་བའི་ལྷང་བ་ཞེས་བཤད་དོ། ཉིན་དང་མཆོན་མོ་ལན་གསུམ་དུ། ཉིན་རེ་  
ཞིང་ནི་བཟླ་བར་བྱ། གང་ཆེ་ཉམས་སྤྱང་རྣལ་འབྱོར་པ། ཁ་ན་མ་ཐོ་སྟོམ་པོར་  
འབྱུང། ཞེས་གསུངས་ཏེ། རིགས་ལྷ་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་སྟུན་  
མོར་གི་དམ་ཆོག་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་གྱིས་སྤང་ཞིང་ལུས་ངག་གིས་དོར་བར་མི་  
བྱའོ། འདྲེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། ཐོག་མར་ཅ་བའི་དམ་ཆོག་སྟོན་པ་ནི། པས་པམ་པར་  
རྒྱད་སྟེ་རྣམས་ལས་རབ་རྩ་བཤད་པའི་བཅུ་བཞི་རྣམས་ཀྱི་བཅས་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་ལ་  
མིང་གཉིས་པ་ཅ་བའི་ལྷང་བ་ཞེས་ཀྱང་བཤད་དོ། འདས་སྟོམ་པ་གཅོད་པས་གཉེན་  
པོའི་སྤྲུགས་པམ་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་ཡང་པ་རོལ་མི་མ་སྟུན་སྤྲུགས་ནས་ཚུར་ལ་པམ་  
པར་བྱས་པས་པས་པམ་མོ། སྤྲ་མ་ཁ་ཅིག་ཅ་ལྷང་རྣམས་སྤང་ཞིང་དེ་དག་གི་གཉེན་  
པོ་དོར་བར་མི་བྱ་ཞེས་འཆད་དོ། བཅུ་བཞི་པོ་དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་སྟོན་  
གྱི་ཡོག་པ་ཁ་ཅིག་རིགས་དང་པོ་ལ་དགོན་མཆོག་གསུམ། གཉིས་པ་ལ་དོ་རྩེ་འི་ལ་  
དུ་སྟོབ་དཔོན་གསུམ། གསུམ་པ་ལ་སྟུན་པ་བཞི། བཞི་པ་ལ་ཆོས་གསུམ། ཐ་མ་ལ་  
མཆོད་པ་གཅིག་དུ་སྟེ་བཅུ་བཞི་པོ་དེ་དག་ལས་འདས་པ་ལ་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་

སྐྱོད་ཆགས་གསལ་དུ་བྱ་ནས་ཆང་སྤོང་བའི་བར་ལས་སྤྱོད་པ་ལ་ལྟ། དཔལ་བ་བསྐྱེན་  
 བ་དང་རྣལ་འབྱོར་བ་བསྐྱེན་བཀུར་བ་ལས་བསྐྱོད་པ་གཉིས། ལུས་ཀྱི་ལས་ལ་  
 སྐྱོད་པ་ལས་ལོག་བའི་མི་དག་བཅུ་ལ་གཅིག་། ཐེག་དམན་འདོད་མི་བྱ་ལ་སྐྱོད་པ་  
 བ་ལས་ལོག་པ་བཞི། ལྷ་སྐྱོད་པ་བསྐྱེན་པ་དང་མཆོན་མ་འགོ་མ་བ་ལ་འདོད་པ་ནི་མི་  
 རིགས་ཏེ་ཅེ་མ་ནས་བཤད་པ་འདི་རྣམས་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱ་དུ་ཁོ་ནའི་མ་ཡིན་གྱི།  
 རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བསྐྱེན་པའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དེའི་ཆེ་དེ་ལས་གཞན་པ་བཅུ་བཞི་ཞེས་པའི་དོན་དེ་རྣམས་ལ་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་  
 ཕྱིར་དོ། ཁོ་ན་སྒྲ་མེད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་འདིས་སྤྱོད་པ་བསྐྱེན་པ་ཡོད་དམ་སྐྱེན་ན།  
 ཡོད་དེ་འདུས་པའི་དཀྱིལ་ཆོག་བཞི་བརྒྱ་ལྟ་བུ་བཅུ་པའི་འགྲེལ་བ་དང་བདེ་མཆོག་གི་  
 དཀྱིལ་ཆོག་ཆོགས་བཅད་དགུ་བརྒྱ་པ་ལས་རིམ་པ་ལྟར་ཤུ་ལྟེ་པ་དང་རྒྱལ་བ་བཟང་  
 རོས་སྤྱོད་པ་བསྐྱེན་པ་ཅེ་མོ་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་གསུངས་ནས་དེ་ནས་སྤྱོད་པ་  
 འཛིན་པར་གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་སྤྱོད་པ་གཟུང་བ་ནི་ཅེ་མོ་ནས་གསུངས་པ་  
 དང་སྒྲ་མེད་“ནས་”གསུངས་པ་རྣམས་ཆོ་ག་འབྲ་བར་སྤང་བས་གཟུང་རྒྱུའི་དཔལ་  
 ཆོག་བསྐྱེན་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ནོ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་གར་བའི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་  
 དཀྱིལ་ཆོག་རྣམས་སུ་ཅེ་མོའི་སྤྱོད་པ་བསྐྱེན་པའི་སྐྱབས་རྣམས་ཆང་མ་ཆང་ཅི་  
 རིགས་པར་བྱངས་པ་དུ་མ་ཞིག་སྤང་དོ། གཤམ་ཏེ་ལུགས་སུ་མ་ན་རིགས་ཏེ་དེ་ཉིད་  
 བསྐྱེན་པའི་དུམ་བྱ་དང་པོའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། རི་ལྟར་དུས་གསུམ་མགོན་པོ་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་རིས་མཛད་

བ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་པས་པམ་བ་བཅུ་བཞི་ལས་ལྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
ནོ། ཞེས་དང་། དཔལ་མཚོག་གི་དུམ་བྱ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས་ཀྱང་།  
བསམས་པ་ཅམ་གྱིས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་འབྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ་བྲག་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་  
འདི་དག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་བྱ་བས་འདི་ཡོངས་སུ་སྤངས་ན་པམ་བར་འབྱུང་  
རོ། ཞེས་རྡོ་རྗེ་བློ་བྱ་བྲག་རྒྱ་རྣམས། ཁྲམ་ཡང་ཡོངས་སུ་སྤང་མི་བྱ། ཞེས་པའི་  
འགྲེལ་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་འཐད་པར་མི་སྤང་སྟེ་ལུང་སྤང་མའི་དོན་  
ནི་རི་ལྟར་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་རིགས་ལྡེའི་སྟོམ་བ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་སུ་བསྟན་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་ཉེས་སྤོད་ལས་ལྟོག་པ་ཡིན་ན་གང་ལས་  
ལྟོག་པ་བསྟན་པའི་བྱིར། པས་པམ་བ་བཅུ་བཞི་ལས་ལྟོག་པ་ཞེས་སྟོན་པས། དེ་ཅམ་  
གྱིས་རིགས་ལྡེའི་དམ་ཆོག་དེ་དག་གི་བཞུགས་ལ་པམ་བར་སྟོན་མི་རུས་པའི་  
བྱིར་དང་། རུས་ནའང་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བཞུགས་ལ་པམ་བར་སྟོན་དགོས་པ་  
ལས་དེ་མ་བསྐྱངས་པའི་བྱིར་དང་ཅེ་མོར། དེ་ལས་གཞན་པ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་  
རོ། ལུང་བྱི་མས་ནི་བྲག་རྒྱ་སྤོངས་པའང་པམ་བར་བཤད་པས་རྡོ་རྗེའི་རིགས་ལ་  
བྲག་རྒྱ་མི་འདྲན་པ་ལ་གཞོད་པའང་ཡིན་ནོ། དཔལ་མཚོག་གི་དུམ་བྱ་གཉིས་པ་  
ལས། དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་བྱུབ་པ་འདི། ཁྱོད་གྱིས་རྟག་ཏུ་བསྤང་བར་བྱ། སངས་རྒྱས་  
ཀུན་གྱིས་མཐུན་པར་གསུངས། དམ་པ་རྟག་པའི་བཀའ་ཡིན་ནོ། གང་ཞིག་བསྐྱེད་  
པ་ཅམ་གྱིས་ནི། སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་དོགས་མེད་པའི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་གཏང་  
མི་བྱ། བྲག་རྒྱ་རྡོ་རྗེ་གང་ཡིན་པའོ། དམ་པའི་ཆོས་ནི་མི་སྤང་ཅིང་། ཁྲམ་ཡང་  
གཏང་བར་མི་བྱའོ། མི་ཤེས་པའམ་རྗེས་པ་ཡིས། དེས་ནི་སྤང་བར་མི་བྱའོ། རང་

གི་བདག་ཉིད་ཡོངས་སྤངས་ནས། །དཀའ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་གདུང་མི་བྱ། །ཅི་བདེ་  
 བར་ནི་བདེ་བར་བརྩུང་། །འདི་ནི་མ་གྱོན་རྫོགས་སངས་རྒྱས། །རྫོགས་ཀྱིས་བྱ་བྱ་བྱ་  
 རྣམས། །ནམ་ཡང་ཡོངས་སྤངས་མི་བྱ། །སློབ་དཔོན་སྤྲད་བར་མི་བྱ་སྟེ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་དམ་ཆོག་རྣམས་ལ་སྤྲོད་བྲངས་པ་ལྟར་དམ་ཆོག་གསུམ་སྤངས་པ་ལ་  
 "པམ་ཀྱི་བར་བཤད་ཅིང་། དམ་པའི་ཆོས་ནི་མི་སྤྲད་ཅིང་། །ཞེས་པའི་འགྲེལ་པ་ལས་  
 གྲང་། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་ཡོངས་སྤངས་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་"ཞེས་ཀྱི་  
 བར་འགྲུང་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལས་གསུངས་པའམ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་  
 པ་ལས་གསུངས་པའམ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་གསུངས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྤྲོད་  
 འབྲིན་ན་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་འཛིན་པར་བྱེད་ཅིང་པམ་པར་གྲུང་ཅིང་མནར་  
 མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཕགས་པ་ནམ་མཁའི་སྤྱིང་པོའི་མདོ་ལས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་སྤངས་པ་ལ་ཡང་རྩ་ལྟར་དུ་  
 བསྐྱབས་པ་ལྟར་ཤུཌི་པས་གྲང་མཛད་དོ། །དེས་ན་དེ་དག་གི་ལྷག་མ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
 སེམས་བཏང་བ་དང་རང་གི་སྤང་པོ་གཟེར་བ་དང་སྤྲོད་པ་ལ་བརྟམས་པ་ལ་ཡང་རྩ་ལྟར་  
 དུ་ཞེས་པར་བྱའོ། །དཔལ་མཆོག་གི་དམ་ཆོག་འདི་རྣམས་གྲང་བཞི་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་སྤྲོད་ཀྱི་དཀྱིལ་ཆོག་དུ་མར་གསུངས་པས་སྤྲོད་དང་རྣམ་འབྱོར་  
 རྒྱད་གཉིས་ཀྱི་བཙས་པ་སྤྲོད་མོང་བ་ཡིན་ནོ། །སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་གསང་བས་  
 གྲང་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་ཆོག་སྤྲོད་མོང་བ་རྒྱད་གཞན་ལས་བཤད་པ་རྣམས་གྲང་  
 དེ་ཉིད་བསྐྱས་པ་དང་། དཔལ་ཅེ་གཉིས་ཀྱི་དམ་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུ་བའི་ཞེས་

༡ པམ་

༢ ལས་

བྱེད་དུ་དཔལ་མཆོག་གི་གཞུང་དེ་རྣམས་བྲངས་ནས་ཨ་བ་ཏར་ལས་བཤད་དོ། །རྟོག་  
དབྱིངས་དོན་བསྐྱུས་ཀྱི་འབྲེལ་པར་ཡང་། དཔལ་མཆོག་གི་གཞུང་དེ་རྣམས་ཀྱིས་  
བཤད་པའི་རྩ་ལྷུང་དང་གཞན་ནས་བཤད་པའི་རྩ་ལྷུང་རྣམས་སྤྱང་དགོས་སོ་ཞེས་  
བཤད་དེ་འདིས་ཀྱང་རྒྱུད་སྡེ་གོང་མ་གཉིས་རྩ་ལྷུང་འབྲ་བར་བསམས་སོ། །དེ་ལ་དམ་  
ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །བྲུབ་པ་ནི་རྟོ་རྟེ་སེམས་དཔལ་ལ་སོགས་པའི་  
དངོས་གྲུབ་སྟོལ་བས་ན་རྟོགས་པའོ། །ཤུལ་པས་དོན་ཡོད་པ་ལ་བཤད་དེ་དོན་  
འབྲའོ། །འདི་ཞེས་པ་ནི་འཆད་འགྱུར་གྱི་དམ་ཆོག་རྣམས་སོ། །ཁྱོད་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་སྟེ་  
སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་བསྐྱང་ཞིང་བསྐྱང་རོ། །མ་ཐུན་པར་གསུངས་པ་ནི་དུས་གཅིག་ཏུ་  
མགྲིན་གཅིག་གིས་གསུངས་པའོ། །དམ་པ་སྟེ་མཆོག་ཏུ་དང་རྟག་པ་ནི་ངས་པའི་དོན་  
ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་གཏང་མི་བྲ། ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པས་གང་གསུངས་པའི་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་བྱེད་ལ་རྟག་ཏུ་བྲུབ་པས་  
གྲུས་པས་བསྐྱང་རོ། །བྱང་རྒྱལ་ནི་རང་གི་སེམས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་རྟོགས་  
བྱང་རོ། །སེམས་ནི་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་དེ་སྟོབ་པའི་རྒྱ་སྟེ་སྟོན་པ་དང་འཇུག་  
པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་བག་ཆགས་  
སྐྱེད་པས་དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
ད་ལྟར་བའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་རྣལ་འབྱོར་པས་ཤེས་པར་བྱ་བ་འདི་ལ་ནི་དོགས་པ་  
སྟེ་ཐེ་ཆོམ་མི་བྲའོ། །དེས་ན་དེ་སྤང་བར་མི་བྲའོ། །སེམས་དེ་ཇི་ལྟར་དུ་བསྐྱེད་སྟམ་  
ན། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྟོ་རྟེ་ཞེས་བྱ་བ་རྟོ་རྟེ་ཅེ་ལྟ་པའི་ཕྲག་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡོངས་སུ་

བརྟགས་ནས་སྤྱི་ཁར་ཁྱེད་པའི་སྤྱི་ཁྱེད་པའོ། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐེག་པ་  
གསུམ་དུ་བསྟན་པའི་ཆོས་ལ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་སྤྱད་པར་མི་བྱ་བ་དང་བདག་ལ་  
འདི་དགོས་པ་མེད་པས་བདག་གིས་འདི་སྤྱད་པར་བྱ་ཞེས་དག་གམ་ཡིད་གང་གིས་  
ཀྱང་ནམ་ཡང་ཆོས་དེ་རྣམས་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །ཐོས་པའི་ཤེས་བས་ཆོས་ཀྱི་དོན་མ་  
ངེས་པའི་མི་ཤེས་པའམ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་མེད་པས་རྟེན་འབྲེལ་  
གྱི་རང་བཞིན་མ་ཤེས་པའི་སྤངས་པའི་དབང་གིས་ཐེག་གསུམ་གྱི་ཆོས་ལ་སྦྱབ་པ་པོ་  
དེས་ནི་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །བཞི་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་པ་ལས། མི་ཤེས་པའམ་སྤངས་པ་  
ཡིས། །ཚུལ་ཆེན་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་ལས། དམ་ཆོས་  
ཀྱི་ཆོག་དང་དོན་ཉན་པ་ལ་སྒྲུབ་པ་མེད་པའམ་སྒྲུབ་པ་དང་མི་ལྟན་པས་ཐེ་ཆོམ་དང་  
ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཇིག་པའི་ཆེ་དེ་ལ་ཡི་གེའི་དོན་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་འཆད་  
དོ། །ཕྱིའི་དངོས་པོ་ཡང་རང་གི་སྒྲིམ་བཞེད་པ་ཡོད་པས་དེ་གཅད་པའི་ཕྱིར་རང་གི་  
དང་བདག་ཉིད་ཅེས་གཉིས་སྒྲོམ་སོ། །རང་གི་ལུས་སྒོག་ལ་སྒྲོམ་པ་མེད་པར་ཡོངས་  
སྤྱི་སྤངས་ནས་བྱ་རྒྱུ་དུས་གསུངས་པའི་མི་བཟད་པའི་དཀའ་ཐུབ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་  
སོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་བཟའ་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ཐུབ་  
ཀྱིས་གདུང་བར་མི་བྱའོ། །བཅོ་བརྒྱད་ནི་འདིག་རྟེན་གསུམ་རྒྱལ་གྱི་རྟོག་པའི་འབྲེལ་  
པ་ལས་བཟོའོ། །འོན་ཇི་ལྟར་གཟུང་སྟམ་ན། ཅི་བདེ་བ་ནི་དཀའ་ཐུབ་དང་དཀའ་སྤྱད་  
དེ་རྣམས་མེད་པའོ། །ངེས་བཟུང་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྟན་པའི་  
གནས་མལ་དང་བཟའ་བཏུང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་བར་བཟུང་ནས་འཕེལ་

བར་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཕྱིར་མི་སྟོག་པར་ངེས་པའི་བྱང་པོ་ལ་གནས་པས་མ་བྱོན་པའི་  
སངས་རྒྱལ་ཡིན་པས་སོ། །ཤུའི་པས། རྣལ་འབྱོར་གྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་སྤངས་ནས་  
རྣལ་འབྱོར་དང་མི་མ་བྱུན་པས་གཟེར་བར་མི་བྱ་ཞེས་འཆད་དོ། །དོན་ནི་བྱང་ཚུབ་གྱི་  
སེམས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་དང་པོའི་དོན་རྒྱུ་འཆད་ནས་བཞེན་ཅན་གྱི་བྱག་འཆན་ནོ། །དེ་ལ་  
བྱ་ནི་དང་པོའི་དོན་ས་མཆན་པའི་དེ་ལ་བྱ་ཤེས་རབ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་སྤྱི་ལོ་སྟེ་སྟེ་  
འགྲོ་བའི་བྱག་མཆན་ནོ། །དམ་ཚིག་དང་ཚོས་དང་ལས་དང་བྱག་ཆེན་ཏེ་བཞེན་ནི་བྱག་  
རྒྱུ་ལོ། །སྤོང་ཚུལ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྟོམས་པས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་འབྱུང་བ་  
ཡིན་ན་དོར་དེ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བྱང་ཚུབ་དེ་ཐོབ་པ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟོན་པ་ལ་ཤུའི་པས་  
བཤད་ཅིང་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་དཔལ་མཆོག་འགྲེལ་ཆེན་ལས་སྤར་བྱངས་པ་ལྟར་ཅ་  
ལྟར་དུ་གསུངས་པས་ཤིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེ་བ་འདི་ནཱ་ས་ལ་གཟབ་  
པར་བྱའོ། །སྤྱི་ལ་སྤོང་བ་ནི་ཚུལ་འཆོལ་ལོ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྤོང་བའོ། །འདི་ནི་  
རྣལ་འབྱོར་དང་རྣལ་འབྱོར་སྤྱི་ལོ་ཀྱི་ཚིག་དུ་མར་འབྱུང་བའི་དམ་ཚིག་སྟོབ་  
མ་ལ་གོ་བར་བྱ་རྒྱ་རྣམས་ཡིན་པས། དཔལ་མཆོག་འགྲེལ་ཆེན་ནས་འབྱུང་བ་བཞེན་  
དུ་གསལ་བར་བཤད་དོ། །གལ་ཏེ་སྤར་བསྟན་པའི་ལུགས་དེ་དག་གིས་བཤད་པ་དེ་  
དེ་ལས་གཞན་པ་བཅུ་བཞེ་ཞེས་པའི་དོན་མིན་ན་འོན་གང་ཡིན་སྟེ་མ་ན། རྣལ་འབྱོར་  
རྒྱུད་ལ་ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞེ་ཞེས་གཞག་ཡོད་པ་ནི་དོན་དེ་ཅེ་མོ་ལས་གསུངས་མོད་ཀྱང་  
བཅུ་བཞེ་པོ་དེ་གངས་འདི་ལྟར་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ནི་རྒྱ་གཞུང་ཁྱངས་མ་གཞན་  
ནས་བཤད་པ་མི་སྤར་ལ་དོར་དབྱིངས་དོན་བསྟུས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་  
གསུངས་ཤིང་རྒྱ་ལྟར་པའི་དོན་སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་རྟེ་ལུ་པས་ངན་སོང་སྤོང་རྒྱུད་ཀྱི་

འགྲེལ་བར། དེ་ནས་དེ་བས་ཏྲག་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། བདག་གི་དེ་ཉིད་དང་ནི་སྲགས་  
སོགས་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་ཁྱད་པར་གྱི་སྡོམ་པ་ཐུན་མོང་བ་ལོག་ལ།  
དེ་ནས་ཙུ་བའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་སློབ་དཔོན་དུ་འོས་པ་ལ་  
སྦྱོན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་ནས་དམ་ཆོག་བསྐྱག་པའི་སྐབས་སུ། རྗེ་མ་རྣམས་ཉིད་ལ་  
ནི། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཙུག་ལྷན་འདས་མ་སྐྱུལ་བྱེད་མ་དང་རལ་བ་གཅིག་མ་དང་ལྷ་མ་  
གྱི་དང་སློལ་མ་ལ་སོགས་པ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་མ་ལྟ་བུར་མི་བྱེད་པས་རྣལ་འབྱོར་མ་ཉིད་དུ་  
བསྟན་པ་རྣམས་ལ་ལོ། །རྣལ་འབྱོར་ཅན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྲགས་པས་སོ། །བརྟན་  
མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་མེད་དུ་གནས་པས་སློད་པ་མིན་པས་དགག་པ་སྟེ། བྱད་  
མེད་ཤེས་རབ་རང་བཞིན་པས། །དེ་ལ་བརྟན་པ་བཅུ་བཞི་བ། ཞེས་ཙུ་བའི་ལྷུང་བར་  
ཡང་འདི་དག་ལ་བརྟན་པ་ཉིད་གཞག་གོ། །ཞེས་བྱད་མེད་ལ་སློད་པའི་ཙུ་བུང་རྣལ་  
འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཙུ་བུང་དུ་གསུངས་པས་གཞན་བཅུ་གསུམ་ཡང་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་བར་  
བཞེད་པར་གསལ་ལོ། །འདི་ཉིད་ནི་ལེགས་པ་ཡིན་ཏེ་ཙུ་བུང་བཅུ་བཞི་ནི་རིགས་  
ལྷའི་སྡོམ་པ་བཟུང་བ་རྣམས་ཀྱི་བཅས་པ་ཡིན་ལ་རིགས་ལྷའི་སྡོམ་གཟུང་གི་ཆོ་ག་  
ནི་རྗེ་མ་ཙུ་མོ་དང་སྤྱི་ལྟ་དང་རྗེ་མ་ལའ་འབྲོ་ནས་བཤད་པ་རྣམས་འབྲེལ་བར་སྤང་ལ་  
ཁྱད་པར་དུ་སྡོམ་པ་བསྐྱག་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཙུ་བུང་བཅུ་བཞི་བསྐྱག་པ་ཐུན་མོང་པར་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །དེས་ན་རྒྱུད་སྡེའི་རིམ་པ་ཐ་དང་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷུང་བའི་ནང་  
ཆོན་འགའ་ཞིག་ལ་མི་འབྲེལ་བ་སྤང་ཡང་སྤྱིའི་མིང་གི་རྣམ་གངས་དང་སྤྱིའི་རོ་བོ་ནི་ཙུ་  
བུང་བཅུ་བཞི་བའི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་དང་མཐུན་པར་བྱལོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེད་དང་  
ཡེ་མི་འབྲེལ་བའི་ཙུ་བུང་བཅུ་བཞི་ཡོད་ན་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་མཁས་པའི་སློབ་དཔོན་



གསུམ་ལ་སོགས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོན་པའི་མེད་འདོགས་ཀྱི་གངས་གསལ་  
བ་ཅམ་ཞིག་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འཆད་དེ། སྤྱིར་དམ་ཆོག་དག་སྟོམ་པ་ཤེས་ནས་འཇུག་  
སྟོག་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་རྩ་ལྷུང་ངོས་ཟེན་ནས་སྤང་བཞི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མར་  
མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་གསང་  
བས། ད་ནས་ཁྲ་མ་མཉེས་པར་བྱས་པ་དེ་དེས་བསྟན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་དང་  
དམ་ཆོག་དང་ཆོས་དང་ལས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཆོ་ག་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་དབང་  
བསྐྱར་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཆོག་ས། སྟོམ་པ་བཟུང་བ་ཡོངས་སུ་  
བསྤང་བར་བྱ་བའི་དམ་ཆོག་དང་འདུལ་བ་དང་སྦྱོད་པ་དང་སྦྱོད་ཡུལ་རྣམས་ལ་ཆོ་  
ག་ཇི་བཞིན་དུ་མཁས་པར་བྱས་པས། དེ་ཕྱིན་ཆད་དམ་ཆོག་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟར་  
མྱངས་པ་བསྤང་བའི་ཕྱིར་རྟག་དུ་སྟོ་བ་མི་སྟོད་པར་བྱ་སྟེ། བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་  
མ་ལུས་པ་འབྲུག་པ་ལ་དེ་ཐོག་མར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཨ་བ་ཏ་ར་ལས་གསུངས་  
སོ། །དེ་ལྟར་ན་ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་རྩ་བའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་ནི་ཤེས་རབ་ཅན་རྣམས་  
ཀྱིས་དེ་བཞིན་དུ་དེས་པར་འདོད་པར་བྱ་སྟེ་འོག་དུ་སྟོན་པར་འགྱུར་རོ། །རྩ་བའི་དམ་  
ཆོག་རྣམས་སྦྱོང་ཚུལ་ནི་ཉིན་མོ་ལན་གསུམ་དང་མཚན་མོ་ལན་གསུམ་དུ་ཉི་མ་རེ་རེ་  
ཞིང་ནི་ཁྲ་བ་སྟེ་རང་རྒྱུད་ལ་ཉེས་པས་གོས་མ་གོས་བསྟོ་བགང་བྱའོ། །གང་གི་ཆེ་  
བསྟོ་བགང་བྱ་བའི་དམ་ཆོག་དེ་ཉམས་པར་གྱུར་བ་སྟེ་ཆག་ན་དེའི་ཆེ་ནལ་འབྱོར་བ་  
དེ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྟེ། ལྷུང་བ་སྟོམ་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ཡང་རྩ་བའི་དམ་  
ཆོག་ལ་མཚོན་པ་ཅམ་ཡིན་པས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་  
དགོས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཐོད་པའི་དཀྱིལ་མཚོག་དུས་ར་ཏས། སེམས་དག་ཐོ་རངས་



རོ། །ཆང་འབྲུང་བ་ཕྱང་གྲོལ་ཏེ་ཉེས་དམིགས་ཀྱན་གྱི་ཅ་བར་གསུངས་པ་ནི་རྣལ་  
འབྱོར་རྒྱུད་ཁོ་ནའི་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲ་མེད་དང་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་མེད་ཀྱི་དཀྱིལ་  
ཆོག་ཆད་ལྡན་དུ་མར་ཡང་ཅེ་མོ་ནས་འབྲུང་བ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
ཡང་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉེས་སྒྲིད་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱ་སྟེ་འོན་ཀྱང་ཐེག་  
བ་མཆོག་གི་སྒོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱང་ཞིང་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་བརྟན་པའི་རྒྱལ་  
སྤུས་འགའ་ཞིག་ལ་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་རྣམ་སྤྱང་མངོན་བྱང་ནས་  
གསུངས་པ་ལྟར་སྒོག་གཅོད་པ་སོགས་ལུས་དག་གི་བདུན་ལ་གནང་བའི་སྐབས་  
ཡོད་པས་དེ་འབྲུ་བའི་ཆེ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། དམ་པ་ནི་བར་བསྟེན་བྱ་  
ཞིང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་བསྟེན་བཀུར་བྱ། །ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་གསུམ་  
དང་། །ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་རྣམས་དང་། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པ་གསུམ་དག་ནི། །ཅི་རུས་  
པར་ནི་རྗེས་སུ་སྒྲིངས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དམ་པའི་བཤེས་ལ་ཉེ་བར་བསྟེན་ནས་  
སྒྲུལ་གྱི་རིག་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། ཅེ་མོ་ལས་རྣལ་འབྱོར་རིག་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར།  
མཁས་པ་རྣམས་ལ་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ལ་འང་མི་བརྟན་  
པར་བསྟེན་བཀུར་བར་བྱའོ། །ལུས་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་དཀར་པོའི་ལས་  
ལས་བརྩུ་རུས་པ་ཅི་ཡོད་པས་ནི། །རྗེས་སུ་སྒྲིང་བ་སྟེ་སྟེལ་ཅིག་ཅེས་པའོ། །གསུམ་  
པ་ལ་གཉིས། ཐེག་ཆེན་ལས་ལྟོག་པའི་རྒྱ་སྤང་བ། །བརྟན་པ་དང་འགོ་མ་པའི་ཉེས་པ་  
སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཐེག་པ་དམན་ལ་འདོད་མི་བྱ། །སེམས་ཅན་དོན་ལ་རྒྱབ་  
ཕྱོགས་མིན། །འཁོར་བ་དག་ཀྱང་སྤང་མི་བྱ། །རྟག་ཏུ་སྤྱང་ན་འདས་མི་ཆགས། །ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། ཐེག་པ་དམན་པ་ནི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་གཞན་དོན་དང་འབྲས་བུ་བྱང་རྩལ་

དམན་པ་ཉན་རང་གི་ལམ་སྟེ། དེ་ལ་ལམ་དེས་རང་བཞོང་པར་འདོད་པ་མི་བྱ་བ་ཡིན་  
 གྱི་ཐེག་པ་དམན་པའི་སྡེ་སྟོན་གྱིས་བདག་ལ་ཅེ་བྱ་ཞེས་སྟོང་དུ་མི་རུང་བར་སྐར་  
 བསྟན་ཟིན་ཏོ། །སེམས་ཅན་གངས་མེད་པའི་དོན་བྱ་བའི་ཁུར་འཁུར་བ་ལ་སྦྱིད་ལྷག་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་སྟེ། རྒྱལ་གྱིས་ཕྱོགས་པ་སྟེ་མི་དགའ་བར་མི་བྱ་བར་སྟོབ་བཞིན་  
 དུ་དེའི་ཁུར་གཟུང་ངོ། །འཁོར་བ་མི་སྤང་བ་ནི་ཅེ་མོ་ལས། འཁོར་བ་མཐར་ཐུག་པར་  
 དུ་ནི། །བདག་འཆང་རྒྱ་བར་མ་སྤྱར་ཅིག །དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི། །དེ་  
 ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བ་ཇི་སྟོན་པར་འཁོར་  
 བར་གནས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་གོ་ཆ་གྱོན་པའོ། །ཏྭ་ཏུ་སྟེ་དུས་ནམ་  
 ཡང་སྟོན་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཅོམ་གྱིས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་ཆགས་པ་  
 སྟེ་ཐོབ་བྱར་མི་བྱེད་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱའོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གསང་བ་ལ། །ཁྱོད་གྱིས་བརྟན་པར་མི་བྱ་ཞིང་། །ཕྱག་རྒྱ་  
 བཞོན་པ་མཆོན་ཆ་དང་། །མཆོན་མ་འགོམ་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། འཇིག་  
 ཉིན་ལས་འདས་མ་འདས་གྱི་ལྷ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་ནམས་དང་གསང་བ་པ་གཞི་ད་སྦྱིན་  
 རྟམས་ལ་བརྟན་པར་མི་བྱའོ། །རྒྱལ་པ་བཟང་པོས། གསང་བ་གསུམ་གྱི་ལྷ་རྟམས་  
 ལ། །བརྟན་པ་ཉིད་དུ་མི་བྱའོ། །ཞེས་གྲང་འདོན་ནོ། །ཕྱག་རྒྱ་ནི་ལྷའི་གཟུགས་གེས་  
 པ་སོགས་སོ། །བཞོན་པ་ནི་ལྷའི་བཞོན་པའི་གཟུགས་སུ་བྱས་པ་དང་བླ་མའི་བཞོན་  
 པའོ། །མཆོན་ཆ་ནི་ལྷའི་ཕྱག་མཆོན་གྱི་རལ་གྱི་སོགས་སོ། །མཆོན་མ་ནི་ལྷའི་ཕྱག་  
 འཆོལ་འཁོར་ལོ་དང་རྩྭ་ཇི་སོགས་འགོམ་པར་མི་བྱའོ། །ཅེ་མོ་ལས། འཁོར་ལོ་རྩྭ་ཇི་  
 པ་སྐྱ་སོགས། །མཆོན་མའི་ཕྱག་རྒྱ་གང་ཡིན་ལ། །འགོམ་པ་ཉིད་དུ་མི་བྱ་ཞིང་། །བཟང་

བར་ཡང་ནི་མི་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དམན་མ་ལྟ་ཡི་གི་བ། །རྐང་བ་དག་གིས་བརྩི་མི་  
བྱ། །དེ་ཡི་སྟེང་དུ་འདུག་མི་བྱ། །སྦྲང་ཡང་གཞག་པར་མི་བྱའོ། །ལྟ་ཡི་ཕྱག་མཆན་  
བཟང་པོ་དང་། །ལྟ་ཡི་བཞོན་པའི་མཆན་མ་རྣམས། །འགོམ་ཞིང་བརྣམས་པར་མི་བྱ་  
སྟེ། །སེམས་ཅན་ལ་ནི་གནོད་མི་བྱ། །ཞེས་དང་། །ལྟ་ཡི་སྦྱང་དང་ཕྱག་མཆན་དང་། །ལྟ་  
མི་བཞོན་པ་དག་དང་ནི། །དམན་མ་ལྟ་ཡི་གི་བ་མ་དང་། །ལྟ་ཡི་མཆན་མ་ཐམས་ཅད་  
དང་། །བཟའ་བ་དག་ནི་སྦྱ་ཚོགས་པ། །མཆན་པའི་གཟུགས་སུ་བྱས་པ་དང་། །འགོམ་  
པར་མི་བྱ་བཟའ་མི་བྱ། །བཟའ་བ་དག་ནི་སྦྱ་ཚོགས་པ། །མཆན་པའི་གཟུགས་སུ་  
བྱས་པ་དང་། །ནམ་ཡང་བརྩི་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དམན་མ་ནི་མཆོད་  
རྩིས་ཕྱལ་བ་རྣམས་པའོ། །དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་འདུག་པ་དང་ཡོ་བྱད་གཞན་དེ་དག་གི་སྟེང་  
དུ་བཞག་པ་སོགས་མི་བྱའོ། །གི་བ་མ་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་འགོམ་དུ་མི་རུང་བ་རྒྱུར་ན་  
རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་ཨ་བ་ཏ་ར་ལས་གསལ་བར་གསུངས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཡང་ཡུམ་དང་  
དུས་ཀྱི་དབང་གིས་མི་འགོམ་པ་འགོམས་པ་དང་བརྩིས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དོ་རྩེ་  
ཤུགས་དང་ལྷན་པ་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་ནི་གནད་སྟེ། དེ་བས་ན་དེ་  
གཉིས་དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་དང་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱས་ན་མི་འགོམ་པ་འགོམས་པ་ལ་  
སོགས་པ་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ་གཞན་དག་ལས། མི་  
ཤེས་པའམ་གཏི་མུག་དང་། །དེ་བཞིན་ལེ་ལོའམ་མི་བླན་པས། །དོན་རྩེ་རི་མོ་ལ་སོགས་  
བརྩིས། །དེས་པར་དམ་ཚིག་ཉམས་པར་འགྱུར། །དེ་བས་ན་ན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས། །དོན་རྩེ་ཤུགས་ཀྱིས་མ་གཡེངས་པར། །ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ཤེས་པར་བྱ། །ཁྱད་  
པར་དུ་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་དུའོ། །དམན་མ་དོན་རྩེ་རི་མོ་མཆོག། །སངས་རྒྱས་ཕྱག་རྒྱ་

ལ་སོགས་ཆོགས། །དམན་ནམ་བཞིས་པར་གྱུར་བ་ཡང་། །རྫོ་རྩེ་ཤྲགས་ལྷན་ཉེས་མི་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཕྱག་རྒྱའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གྱུར་དེ་  
བཞིན་དུ་གསུངས་ཏེ། །རྫོ་རྩེ་ཤྲགས་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲིའི་གནས་སུ་ཕྱག་རྒྱའི་རྣལ་འབྱོར་  
ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲར་བརྫོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཁྱད་པར་དུ་གཟུང་ངོ། །དེ་ལ་དེ་ཤིག་འདིར་  
རྫོ་རྩེ་ཤྲགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དག་བསྟན་བཤད་ལྟར་དེ་  
མོའམ་རྫོ་རྩེ་སྤྲ་བྱའམ་རུང་། །ཡིད་ཀྱིས་གྱེན་དུ་བཏེག་ནས་ནི། །འཇུག་ཅིང་འབྱུང་  
བར་བྱེད་བ་སྟེ། །དམ་ཆོག་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ངོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྫོ་རྩེ་རི་མོ་  
དང་རྫོ་རྩེའི་སྤང་བུ་སྟོས་བ་ཡང་ཉེ་བའི་མཆན་ཉིད་དེ། །དེ་བས་ན་ཕྱག་རྒྱ་ལ་སོགས་  
བ་འགོམ་པར་མི་བྱ་བ་གཞན་ཡང་འདུས་པར་བཞུའོ། །འདི་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་སྟེ་  
དེའི་སྤྲགས་ནི་འདིའོ། །བརྗེ་བེ་ག་ཨ་ཀ་མ། །ཞེས་སོ། །དེ་ཉིད་བསྟུས་པའི་དུས་བྱ་  
གཉིས་པ་ལས་ནི། །དེ་ལ་རྫོ་རྩེ་ཤྲགས་ཀྱི་སྤྲོང་པོ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། །ཨོ་བརྗེ་བེ་ག་ཀ་  
མ་རྩྱུ། །དེ་བཞིན་དུ་རྫོ་རྩེ་དབྱིངས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤང་བུ་ལ་བཀལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བར་བྱའོ། །དེ་ནས་འདིའི་  
སྤྲོང་པོ་བཤད་དོ། །ཡིད་ཀྱིས་རི་མོ་བཏེག་ནས་ནི། །རྫོ་རྩེ་སྤང་བུའམ་གཞན་ཡང་  
རུང་། །ཕྱིར་བྱུང་ནང་དུ་ཞུགས་གྱུར་ནི། །དམ་ཆོག་འགལ་བར་དེ་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
འབྱུང་ངོ། །རི་མོ་ནི་ཆོན་ཅིའི་རི་མོ་དང་རྫོ་རྩེའི་སྤང་བུ་ནི་ཆོན་ཅི་ལྟའི་སྤྲང་བའི་རི་  
མོ་དང་བཏེག་པ་ནི་དེ་དག་གི་འོག་ནས་འཇུ་ལ་བར་ཡིད་ཀྱིས་བསམ་པ་ལ་ཀུན་སྤྲོད་  
གིས་བཤད་དེ། །གཞན་ཡང་རུང་ཞེས་གསུངས་པས་དེ་རྣམས་ནི་མཆོན་པ་ཅམ་  
སོ། །དེ་ལྟར་ན་ངག་ཏུ་སྤྲགས་དེ་བརྫོད་ཅིང་ཡིད་ཀྱིས་གང་ལ་འགོམ་པའི་གཞི་དེ་རང་

གི་སྟེང་དུ་བཏེག་ནས་དེའི་འོག་ནས་འཇུག་པར་བསམས་ལ་བྱའོ། །དེ་འདྲ་བའི་སྒོ་  
ནས་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་འཛིགས་པས་ཉེས་མེད་དུ་འགྲོ་ཚུལ་གསུངས་པས་ཁ་ན་མ་  
ཐོ་བ་ཕྱ་མོ་རྣམས་བསྐྱང་བ་ལའང་འབད་དགོས་ཏེ་ཅེ་མོ་ལས། དེ་ནས་རིག་པའི་  
བརྒྱལ་ཞུགས་སྒྲང་། །སྟོམ་པའང་དོར་བར་མི་བྱ་ཞིང་། །ཁ་ན་མ་ཐོ་རྒྱལ་ཅམ་  
ལའང་། །འགྲོད་པ་རུ་ནི་བྱ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །གསུམ་པ་དོན་  
བསྐྱུས་པ་ནི། འདི་དག་དམ་ཚིག་ཡིན་པར་བཤད། །ཁྲོད་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱང་བར་བྱ།  
ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ནི་སྤར་བཤད་པའི་ཐུན་མོང་གི་དམ་ཚིག་བསྐྱག་པ་མན་ཆད་  
ཐམས་ཅད་ལ་སྤར་བར་བྱ་སྟེ་རིགས་ལྔ་མོ་མའི་དམ་ཚིག་རྣམས་ལ་རྟེན་པ་གཉིས་  
ཀྱི་དོན་ཡོད་པས་སོ། །དེ་ནས་རྗེས་མ་ཐུན་སྟོམ་པ་རྒྱ་ཆེར་ནི། །གསང་བའི་རྒྱུད་ལས་  
རབ་ཏུ་བཤད། ཅེས་པ་ནི་སྤར་བཤད་པ་དེ་དག་དང་འདྲ་བའི་སྟོམ་པ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་  
གནས་རྒྱ་ཆེར་ནི་རྒྱུད་ཀྱང་ལས་རབ་ཏུ་བཤད་དོ་ཞེས་དངོས་སུ་སྟོས་པ་དེ་ཅམ་དུ་  
ཟད་དམ་སྟམ་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུའོ། །དེ་རྣམས་ནི་གང་ཁས་སྒྲང་རྒྱའི་དམ་ཚིག་  
རྣམས་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱགས་ནས། དེ་ནས་དེ་རྣམས་བསྐྱང་བའི་བསམ་པས་  
འོག་ནས་འཆད་པ་ལྟར་སྟོམ་པ་གཟུང་བའི་ཆོ་གས་འཛིན་པ་སྟེ་མདོར་ན་སྟོམ་པ་  
ལེན་པའི་ཆེ། ཐམ་ཐོམ་དུ་མ་སེང་བར་དམིགས་སྟེད་པར་བྱས་ནས་འཛིན་  
པའོ། །དཀྱིལ་ཆོག་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྟོམ་པ་བསྐྱག་པའི་གཞུང་མ་གསུངས་པ་ཡང་ཡོད་  
པས་དེར་ཡང་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྟོམ་གཟུང་གི་དོན་རགས་པ་རྣམས་སྟོབ་མ་ལ་བན་  
སྟེད་པར་བྱས་ལ་འཛིན་དུ་གཞུག་གོ། །སྟོམ་པ་བསྐྱག་པའི་གཞུང་དེ་རྣམས་ནི་དོན་ཅེ་  
མོ་ན་བཞུགས་པ་རྣམས་འདིར་བཀོད་པའོ། །གཉིས་པ་སྟོམ་པ་གཟུང་བ་བཤད་པ་ནི།

སྤྲེལ་པ་གཟུང་བའི་ཚོ་ག་འདི་སྤྱི་ཤེའི་བརྟག་པ་གསུམ་པའི་རབ་བྱེད་བཞི་བ་དང་  
 རྫོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོའི་རིམ་པར་བྱེ་བ་བཅུ་གཉིས་པ་དང་རྫོ་རྩེ་ཅེ་མོའི་རྫོ་རྩེ་སྤོབ་དཔོན་  
 གྱི་ལས་གྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་ལས་འདིར་ནི་ཅེ་མོའི་གཞུང་ལ་བརྟེན་ཏེ་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་གཉིས། གསོལ་བ་གདབ་བ་དང་། སྤོམ་པ་གཟུང་བའོ། །དང་  
 པོ་ནི། རྫོ་རྩེ་ཅེ་མོ་ལས། གཙོ་བོ་བདག་ལ་སྤོམ་པ་སྤོལ། །སྤུབ་པ་ཉི་མ་མ་ལུས་  
 པའི། །སངས་རྒྱས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཞེས་སོགས་གྱིས་གསོལ་བ་  
 འདེབས་པའི་སྤོབ་མ་ལ། གསང་བ་ཆེན་པོའི་རིགས་དག་པའི། གསང་བ་ཡོངས་སུ་  
 འཛིན་པར་ནི། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཁྱོད་འདོད་དམ། ཞེས་སྤོམ་པ་ལ་སྙིང་ནས་ལེན་  
 འདོད་ཡོད་མེད་བྲིས་ནས། དེ་ནས་སྤོབ་མ་དེ་ལ་རོན་གཉིར་འདུག་ན་སྤོན་དུ་སྤོམ་པ་  
 བསྐྲག་པ་བྱས་ནས་དེའི་རྩེ་སུ། དེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་བརྫོད་པར་བྱ། །འདིར་ནི་སྤོབ་  
 དཔོན་བདག་ལ་གསོན། ཞེས་སྤོབ་དཔོན་ལ་གསོལ་ནས། སྤོམ་པ་འཛིན་པ་མཛད་  
 ཏོ། །ཡང་ཅེ་མོ་ལས། སྤོན་ལ་སྤོམ་པ་འདི་དག་ནི། །རྩི་ལྟར་འདོད་ཅིང་མོས་པ་  
 རུ། །མཁས་པ་ཡིས་ནི་སྤྱིན་བྱ་སྟེ། །རང་དབང་མེད་པར་སྤྱིན་མི་བྱ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་  
 དད་ཀྱང་ན། །དེ་ལ་སྤོམ་པ་སྤྱིན་པར་བྱ། །སྤོམ་པ་གསུམ་ལ་བཀོད་ནས་ནི། །དེ་ནས་  
 དཀྱིལ་འཁོར་བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་སྤོབ་མ་ལ་ལེན་འདོད་མེད་བཞིན་དུ་མི་སྤྱིན་པ་  
 དང་། ལེན་པར་འདོད་པའི་དད་པ་ཡོད་ན་སྙིང་བར་གསུངས་ལ་སྤྱིར་བྱངས་པ་ལྟར་  
 སྙིང་ནས་ལེན་འདོད་ཡོད་མེད་འདི་བར་ཡང་གསུངས་པས། སྤྱིར་དབང་བསྟར་ཞུ་  
 སྤུམ་པ་ཅམ་གྱི་གཡམ་ལ་རྒྱགས་མིན་པར་སྤོམ་པ་ལ་དམིགས་ཤུག་པའི་ལེན་འདོད་  
 སྤོབ་དཔོན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། །འདི་མེད་ན་སྤོམ་པ་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །སྤོབ་



མ་ལ་སྟོམ་པ་ལེན་འདོད་ཡོད་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་ལ་ཅ་ལྟུང་བྱུང་བའི་སྟོན་པ་སྐད་ཀྱི་  
སྟོམ་པ་སྤར་ཐོབ་པ་བཏང་ནས་ད་ལྟ་མེད་ནའང་མི་སྐྱེ་བས་དོན་དེ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་  
མཆོན་ཉིད་དུ་དོན་དེ་གྱུར་དང་སྟོམ་འབྱུང་སོགས་སུ་ཅ་ལྟུང་དང་མི་ལྟན་པ་དགོས་པར་  
གསུངས་ཤིང་། གསང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་འོ་ཆོག་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། སྟོམ་པ་  
གསུམ་པོ་མི་འཛིན་ཞིང་། ཅ་བའི་ལྟུང་ལ་ཉེར་གནས་དང་། ཆོས་ལ་མེར་སྐྱ་ཀྱན་  
སྟོང་ཅིང་། །དམན་པའི་ལས་ལ་སྦྱོར་བྱེད་པའི། སྟོབ་དཔོན་རིང་ནས་སྤར་བར་  
བྱ། །དེ་བསྟེན་དཔུལ་སོགས་འབྲས་ལ་སྦྱོར། ཞེས་འཇམ་དབལ་གྲགས་པས་  
གསུངས་སོ། །གལ་ཉེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན། དོན་དེ་ཐེག་པའི་ཅ་ལྟུང་ནི་གངས་མང་ལ་འབྱུང་ཉེ་  
བར་སྤར་ལ་བསྟན་པ་འགྲིབ་པ་ལ་ཉེ་བར་སྟེབ་པས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐ་ན་ཅ་བའི་  
བསྟོན་ཆོགས་ཅམ་ཡང་རེས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱར་བ་ཤིན་དུ་དཀོན་བར་སྤར་བས་  
ཐེག་པ་མཆོག་གི་སྟོམ་པ་དང་ལྟན་པ་མེད་པར་མི་འབྱུང་རམ་སྟུམ་ན། དེའི་སྟོན་མེད་  
དེ་སྟོབ་མ་དབང་བསྐྱར་བ་ནམས་ལ་སྟོན་དུ་སྟོབ་དཔོན་བདག་ཉིད་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་  
ཞུགས་ནས་དབང་དང་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ནམས་ལེན་པའི་བྲུག་ལེན་ཡོད་ལ། དེ་  
ལྟ་ན་དེའི་ཆེ་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ལེན་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་ཆོ་ག་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
བྱེད་བ་ནམས་ལ་སྟོན་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཉམས་ནའང་སྤར་སྐྱེ་བས་སྟོབ་མ་ལ་དབང་བསྐྱར་  
བ་ན་སྟོམ་པ་དང་ལྟན་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་སྟོབ་མ་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་  
སྟོན་དུ་བདག་ཉིད་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་དགོས་པ་ཡང་དེ་ལྟར་  
དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ཉིད་བསྐྱས་པའི་འབྲེལ་པ་གོ་ས་ལའི་རྒྱན་དུ་བྱུང་བཤེས་  
གཉེན་གྱིས། སྟོབ་མ་གཞུག་པའི་དུས་ལ་བབ་པ་དང་སྟོབ་དཔོན་འཇུག་པའི་ཆོ་ག་

དང་པོར་བྱ་དགོས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་གང་ལ་ལ་དག་བརྟེན་དང་ས་པས་དམ་ཚིག་དང་  
འདས་པ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བ་དག་སྲིད་པས་ན་དེའི་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་ཉིད་དང་པོར་  
འབྱུག་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། རྫོང་མཁའ་འགྲོ་ལས། སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཀུན། ཀུན་ནས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་གདབ་  
པར་གསུངས་ཏེ། སི་བླ་ཁར་ཡང་དེ་དང་མཐུན་པར་གསུངས་སོ། དེའི་དོན་ནི་  
སངས་རྒྱས་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་ནི་ལྷའི་ཚོགས་ཡིན་ལ་དེ་དག་  
རང་གི་སེམས་སུ་ཤེས་ནས་ལྷའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་གང་ལ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་པ་པོ་  
རྣམས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའོ། དགོངས་སུ་གསོལ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་རྩིས་སུ་ཡི་  
རང་བ་དང་བཅས་པས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་ཅིང་བདག་གི་བར་མཛོད་ཅེས་པ་  
ལ་བླ་བ་རྟུན་པར་བཞག་དོ། གཉིས་པ་ནི། ཅེ་མོར་གཙོ་བོས་རི་ལྟར་བཀའ་སྒྲུལ་པ། དེ་  
བཞིན་དུ་ནི་བགྱིད་པར་འཆལ་ཞེས་བསྟུས་ཏེ་ཁས་ལེན་པ་ཞིག་གསུངས་སོ། འདི་  
ལ་གསུམ། སེམས་བསྐྱེད་པ། སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ་དངོས། དོན་བསྟུས་ཏེ་ཁས་ཁྲུང་  
བའོ། དང་པོ་ནི། རི་ལྟར་དུས་གསུམ་མགོན་པོ་རྣམས། བྱང་ཆུབ་དུ་ནི་ངེས་མཛད་  
པའི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་སྒྲ་ན་མེད། དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི། ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། རི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན་འདས་མ་འོངས་དུས་གསུམ་དུ་གཤེགས་པ་དང་  
གཤེགས་བཞིན་པ་དང་མ་གྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་སེམས་ཅན་སློབ་པས་ན་མགོན་  
པོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་ན་བྱང་ཆུབ་དུ་ནི་སྟེ་དོན་  
གཉིས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྦྱིན་སོགས་ཀྱི་ཚོགས་མ་ལུས་པ་  
སྤྱད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཐུགས་ངེས་པར་ཏེ་ཅེ་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་པ་མཛད་པ་དང་།

བསྐྱེད་བ་དང་བསྐྱེད་བར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་བསྐྱེད་བར་  
བགྱིཌོ། །བསྐྱེད་བྱའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སྟོན་འཇུག་གཉིས་ལ་གསུངས་ཏེ་འདི་  
ནི་བླ་བ་རྩ་ཉ་དང་ཨ་རྩ་ཀ་ར་གཉིས་ཀའི་དགོངས་བའི། །སྐབས་འདིའི་འཇུག་སེམས་  
ལེན་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་བ་ལེན་བ་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོན་བ་ལེན་  
བའི་ཡན་ལག་ཅུ་ཉེ་དཔེར་ན་སྟོན་འཇུག་ཏུ་འཇུག་སྟོན་ལེན་བའི་ཚོ་གར་སྟོན་  
སེམས་གསུངས་བ་བཞིན་ནོ། །རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་ལས། ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ངེས་  
མཛད་པ། །དེ་བཞིན་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས། ཞེས་དང་། དཔལ་མཆོག་“འབྲེལ་  
ཆེན་དུ་ཡང་དེ་ལྟར་བསྐྱུར་བ་བདེ་སྟེ་རི་ལྟར་ཞེས་བ་དང་སྐྱུར་དགོས་བས་སོ། །དེ་ལ་  
སྟོན་བ་ནི་བདག་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔར་གྱུར་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གོ་འཕང་  
དེ་ལ་དགོད་བར་བྱའོ། །སྟུམ་བའི་འདོད་བ་དང་བཅས་བའི་སྟོན་ལམ་སོ། །འཇུག་བ་  
ནི་དེའི་ལམ་སྦྱིན་སོགས་ཉམས་སུ་ལེན་བའི་རང་བཞིན་ཏེ་དེ་གཉིས་ནི་སྒྲ་ན་མེད་  
བའི་འབྲས་བུ་སྦྱབ་བར་བྱེད་བས་སྒྲ་ན་མེད་བ་དང་དམ་བའོ། །འདི་ནི་བླ་བ་རྩ་ཉའི་  
དགོངས་བའོ། །གཞུང་དེའི་སྟོན་དུ་གང་གིས་སེམས་བསྐྱེད་བའི་མིང་སྟོས་ནས་དུས་  
རི་སྤྱད་དུ་བསྐྱེད་བའི་དུས་ཀྱག་རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་ལ། བདག་མིག་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་  
ནི། །དུས་འདི་ནས་བཟུང་རི་སྤྱད་དུ། །བྱང་ཆུབ་སྟིང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། ཞེས་  
གསུངས་བ་ལྟར་ས་བྱུ་ཏུ་ལས་ཀྱང་ངོ། །བྱང་ཆུབ་ནི་མི་གནས་བའི་ཐུང་འདས་ཏེ་  
སྟིང་པོ་ནི་བྱང་ཆུབ་ནམས་ཀྱི་དམ་བ་དང་མཆིས་བ་ནི་དེ་ཐོབ་བ་དང་། བདག་མིང་  
འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ཞེས་རང་མིང་ནས་སྟོས་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡང་ཁས་ལེན་བའི་དོན་དང་།

དུས་ཏེ་གནས་སྐབས་འདི་ནས་བཟུང་བ་སྟེ་ཉེ་བར་བཅུམས་ནས་ཞེས་པའམ་ཡང་ན་  
 བཟུང་བའི་དོན་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིག་རྒྱུར་བྱས་པ་  
 ནས་བཅུམས་ཏེ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་སྒྲུབ་ན་ཉེ་བར་བཞད་དོ། །རང་གིས་ཁས་སྒྲུངས་པ་  
 ཡལ་བར་མི་འདོར་བའི་“དོན་”ཏུ་རང་མིང་ནས་སྤྲོས་པར་ཨ་མུས་བཞད་པ་ལྟར་སྒྲ་  
 མ་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་ལྟ། །རྣམ་སྤང་གི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ། མི་  
 བསྐྱེད་པའི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ། རིན་འབྱུང་གི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ། འོད་དཔག་མེད་གི་  
 སྒྲོམ་པ་གཟུང་བ། དོན་ཡོད་གྲུབ་པའི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་  
 རྣལ་འབྱོར་སྒྲོམ་པ་ལ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནི་བསྐྱབ་པ་དང་། །དགེ་བའི་ཆོས་ནི་བསྐྱབ་  
 དང་། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ། །བདག་གིས་བརྟན་པོར་གཟུང་  
 བར་བགྱི། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཏེ། །ཁྲ་ན་མེད་པའི་དགོན་མཆོག་  
 གསུམ། །དེང་ནས་བཅུམས་ཏེ་གཟུང་བར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་དོ་རྩེ་  
 མཁའ་འགྲོ་ལས། སངས་རྒྱས་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱེད་སྒྲོམ་པ། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་  
 དགེ་འདུན་ཏེ། །ཁྲ་ན་མེད་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ། །དེང་ནས་བཅུམས་ཏེ་མཆོག་  
 ཏུ་གཟུང་། །བསྐྱབ་པ་ཡི་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། །དགེ་བའི་ཆོས་ནི་བསྐྱབ་  
 དང་། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ། །བདག་གིས་སོ་སོར་བརྟན་པོར་  
 བཟུང་། །ཞེས་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གཟུང་བ་ཡང་རྣམ་སྤང་གི་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་  
 ལྟར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཞད་ལ་ཨ་མུ་ཀ་རས་བཞད་པ་ལ་གསལ་ཁ་མི་  
 སྤང་ངོ། །འདི་ནི་སྒྲ་མ་ལེགས་ཏེ། ཅེ་མོ་དང་དོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་གཉིས་ལས་རྣམ་སྤང་

གི་སྡེ་མ་པར་གསུངས་ཤིང་། དཔལ་མཆོག་འབྲེལ་ཆེན་དང་དོ་རྩེ་འབྲུང་བ་དང་ནག་  
པོ་སྦྱོད་པའི་མར་ལྷ་ཡའི་དཀྱིལ་ཆོག་དང་རྒྱལ་བ་བཟང་པོའི་བདེ་མཆོག་གི་དཀྱིལ་  
ཆོག་ལ་སོགས་པར་ཡང་ཅེ་མོ་བཞེན་ཏུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་འབྱུར་ནི་  
དོ་རྩེ་མཁའ་འགོ་ལྷར་ཤིན་ཏུ་ལེགས་སོ། །དོ་རྩེ་སྦྱིང་པོ་རྒྱན་གྱི་ལེའུ་བཅུ་གཉིས་པ་  
ལས། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་ཞིག་དེ་བཞེན་གཤེགས་པའི་རིགས་ཀྱི་  
དམ་ཆོག་ཏུ་གསུངས་པའང་ཡོད་དོ། །འོན་སྡེ་མ་པ་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ། དཀོན་  
མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ཅམ་ཞིག་རྣམ་སྟག་གི་སྡེ་མ་པར་གསུངས་པ་ཅི་ཡིན་  
སྟམ་ན། སྡེ་མ་པ་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱབ་མོང་གི་དམ་ཆོག་རྣམས་བྱང་ཡང་གཟུང་  
བའི་སྐབས་སུ་མ་བྱང་བ་དང་འབྲ་བས་འགལ་བ་མེད་དོ། །འཇུག་སེམས་འཛིན་པ་ནི་  
སྤར་གོང་ཏུ་སོང་བེན་པས་གཞུང་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྷར་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་  
སློབ་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་འཇུག་སྡེ་མ་འཛིན་པ་ལ་སྦྱོར་བ་མི་རིགས་སོ། །དེས་ན་སློབ་  
དཔོན་སུ་ཞིག་ན་ཏུས་ཇི་ལྟ་ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་ཀྱིས་སློན་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་།  
དེ་ནས་སྐད་ཀྱི་སློང་སྦྱོད་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྐྱབ་མོང་བའི་པར་ཕྱིན་གྱི་སྡེ་མ་  
པ་གཟུང་བ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་ཀྱིས་བསྟན་  
ནས་སྐྱབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་མ་པ་ལྷང་བ་ནི་སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་  
མན་ཆད་ཀྱིས་བསྟན་པར་འཆད་པ་ཡང་འཐད་པར་མི་སྤང་རོ། །འདི་ལ་ཐུབ་པ་  
དགོངས་རྒྱན་ལས། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱི་སྡེ་མ་པ་  
དང་། དེ་ཉིད་ཁྱད་པར་དང་བཅས་པ་དབང་སྦྱར་གྱི་སྡེ་མ་པ་དང་ཞེས་ཚུལ་ཁྲིམས་  
གསུམ་གྱི་སྡེ་མ་པ་ཁྱད་པར་དང་བཅས་པ་ལ་སྐད་ཀྱི་སྡེ་མ་པར་གསུངས་པའི་ཁྱད་

པར་ནི་དཀྱིལ་ཚོག་རྫོ་རྩེ་སྤེང་བ་ལས་རིགས་ལྡན་བསྐྱུས་པ་ལ་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རིགས་ལྡེ་སྒྲོམ་པ་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་རིགས་གཞན་གྱི་  
 དམ་ཚིག་དང་ཡང་སྦྱར་དགོས་མོད་ཀྱང་རྣམ་སྤྱང་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ལ་  
 དགོངས་ནས་དེའི་དམ་ཚིག་ཏུ་གསུངས་སོ། །དེ་ནི་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།  
 གཞུང་ཞེས་པ་བཤད་གཞིལོ། །འདི་རྣམས་ལ་དུས་རི་སྤྱི་དུ་གཞུང་བ་དང་དགོས་པ་  
 གང་གི་ཕྱིར་དུ་གཞུང་བ་ནི་སྤྱར་བཤད་པའི་བྱང་ཚུབ་སྟོང་པོའི་བར་དང་འོག་ནས་  
 སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར། ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་ནོ། །གང་གཞུང་བ་ནི།  
 སངས་རྒྱུ་ནི་རྣམ་སྤྱང་ངོ། །བསྐྱེད་པའམ་སྐྱེས་པ་ནི་དེའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་དང་  
 ལྡན་པའི་སྐྱབ་པ་པོའི་སྒོ་གསུམ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལས་སྒྲོག་ཅིང་སྦྱད་པས་ན་སྒྲོམ་པ་  
 རྟེན་པོ། །དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐུགས་སུ་ཚུད་ཅིང་སྐྱབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་  
 བ་སྤངས་པས་ན་སངས་རྒྱུ་ཏེ་རྣམ་སྤྱང་ལ་སོགས་པ་དང་འཛིན་པས་ན་ཚོས་ཏེ་  
 ལུང་དང་རྟོགས་པ་དང་འདུས་པས་ན་དགེ་འདུན་ཏེ་འཇམ་དཔལ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་  
 སེམས་རྣམས་དགོན་པའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ན་མཚོག་ཡིན་ལ་དེས་ན་ལྷ་ན་  
 མེད་པ་སྟེ་དེ་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །དུས་རི་སྤྱི་དུ་གཞུང་བ་  
 ནི་དེང་ནས་བཅའ་སྟེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྟོང་པོའི་བར་དུལོ། །ཚུལ་”རྩེ་”ལྟར་ན་མཚོག་  
 ཏུ་སྟེ་གཙོ་བོར་རྟོ། །གཞུང་བའི་དོན་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོར་སྐྱབས་སུ་སོང་  
 བས་དེའི་འོག་ཏུ་སྟེ་དེ་དག་མཛོན་སུམ་དུ་བྱ་བའོ། །ཡང་གཞུང་ཞེས་བུལོ། །གང་  
 གཞུང་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་སོ། །དེ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། བསྐྱབ་པ་སྟེ་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་

ཁྲིམས་ནི་མི་དགེ་བ་ལས་ལྡོག་པའོ། །དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི།  
དགེ་བ་ལ་འཕྲུག་པའོ། །སེམས་ཅན་དོན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་  
པའོ། །དང་པོས་སེམས་གནས་བ་དང་གཉིས་པས་རང་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
སློན་བ་དང་གསུམ་པས་གཞན་རྒྱུད་སློན་པར་གྱེད་པར་མན་ངག་སྟེ་མ་ལས་བཤད་  
བ་ནི་བྱང་སའི་དོན་ནོ། །མན་སྟེར། དགེ་དང་ཆོས་ནི་བསྐྱུ་བ་དང་། ཞེས་པའི་ལུགས་  
སུ་བྱས་ནས་དགེ་བ་ནི་མི་དགེ་བ་དང་བྲལ་བའི་སྒོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བཤད་  
དོ། །གང་གིས་གཟུང་བ་ནི། བདག་གིས་ཞེས་པ་སྟེ་འགྲོ་བ་རྣམས་བསྐྱུལ་བའི་བྱིར།  
ཁས་སྤང་ཞིང་རྒྱལ་བྱའོ་ཞེས་འཆད་དེ་སེམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱེད་པའོ། །རྩི་ལྟར་  
གཟུང་བ་ནི། སོ་སོར་ཉེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཛིན་བ་དང་བརྟན་པོར་ནི་སེམས་བསྐྱེད་  
ལ་སོགས་པ་ཁས་སྤངས་པ་དེ་དག་ལ་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྱར་སྟོག་པར་མི་  
གྱེད་པའོ། །སོ་སོར་བརྟན་པར་ཞེས་པ་འདི་འོག་མ་ཀྱུན་ལ་སྤྱར་རོ། །དཔལ་མཆོག་  
འབྲེལ་ཆེན་ལས། སངས་རྒྱས་རྣལ་འབྱོན་སྒོམ་པ་ལ། །སྒོམ་པ་ཡི་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
དང་། ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །སྤྱི་ལྟར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སུ་སངས་རྒྱས་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་  
སོགས་འོག་ཏུ་བཏོན་ནས་དེའི་སྒོན་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གཟུང་བ་གསུངས་པ་  
རྣམས་སུ་ཡང་དོན་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། རྩི་རིགས་མཆོག་  
ཆེན་པོ་ལ། རྩི་རིལ་བུ་ཕྱག་རྒྱ་ཡང་། ཡང་དག་ཉིད་དུ་གཟུང་བར་བགྱི། །སྟོབ་  
དཔོན་དག་ཀྱང་གཟུང་བར་བགྱི་ཞེས་གསུངས་ཉི། གཟུང་བར་བྱའོ། །གང་གཟུང་བ་  
ནི་སྤྲ་མ་ལ་སྟོས་ནས་ཡང་ཞེས་གསུངས་ཉི་རྩི་རིལ་ཆོག་དང་རིལ་བུའི་དམ་ཆོག་  
དང་ཕྱག་རྒྱའི་དམ་ཆོག་དང་དེར་མ་ཟད་སྟོབ་དཔོན་དག་ཀྱང་གཟུང་ངོ་། །དེ་དག་

གཟུང་བ་གང་གི་དམ་ཚིག་ལ་ཡིན་ཞེན། རྗེ་རིགས་མཐོ་ཆེན་པོ་ལ། ཞེས་རྗེ་  
མཁའ་འཁོར་གསུངས་པའི་དོན་རྗེ་མཐོ་བ་ནི་མི་བསྐྱེད་པ་དང་རིགས་ནི་དེ་དང་  
འབྲེལ་བའི་སྐྱབ་པ་པོ་ལ་བཤད་པས་དེ་དག་གི་དམ་ཚིག་ལོ། ཡང་ན་སྒྲོམ་བ་ཉིད་  
རྗེ་རྗེའི་རིགས་མཐོ་ཆེན་པོ་སྟེ། མི་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་བཤད་དོ། །ཨ་  
རྒྱུས་རྗེ་ཆེན་པོའི་རིགས་བསྐྱས་པ། ཞེས་བཏོན་ནས་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི་མི་བསྐྱེད་པ་  
དང་རིགས་ནི་དེ་ལས་སྐྱལ་བའི་དབག་དྲ་མེད་པའི་ལྷ་ཚོགས་ཏེ། དེ་རྣམས་མི་བསྐྱེད་  
པས་བསྐྱས་པ་ལ་བཤད་དོ། །རྗེ་ལྟར་གཟུང་བ་ནི་ཡང་དག་ཉིད་དུ་སྟེ་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་གཟུང་བའོ། །ཡང་སྔ་བྱ་ལས། དེ་ཉིད་ལས་ནི་སོ་སོར་གཟུང་། ཞེས་འབྲུང་བས་  
རྗེ་ཆེན་པོ་སོགས་པ་རྣམས་དེ་ཁ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཟུང་བར་བྱའོ། །འདི་དག་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་ཚུལ་རྗེ་ལྟར་ཡིན་ཞེན། དེ་ལ་རྗེ་ཆེན་མཁའ་འཁོར་རིམ་བར་བྱེ་  
བ་སོ་གཅིག་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་རྗེ་  
དང་བྲིལ་བྱ་འཛིན་པ་ནི་ཉགས་ཀྱི་རྗེ་དང་འཛིན་པ་ཡིན་ལ་དེས་གང་མཚོན་པའི་  
དོན་ཤེས་ནས་རྗེ་ཆེན་པོའི་འཛིན་ཁིང་བྲིལ་བྱ་དགོལ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་འཛིན་པའོ། །དེ་  
ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐྱགས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ནི་གསང་བའམ་ནང་གི་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ་བྱེའི་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཆེ། དེ་བྲན་ནས་  
འཛིན་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་འཛིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དབལ་མཚོག་དུམ་བྱ་གཉིས་  
པའི་འབྲེལ་ཆེན་ལས། རྗེ་ཆེན་གསང་བའི་དོན་སྒྲར་ལྟར་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་རྗེ་ཆེན་པོ་  
དོན་འདི་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཤིང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པས་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྗེ་ཆེན་མཁའ་འཁོར་གཟུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་



པའི་དོན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་སྟེ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་པ་དང་དེའི་དོན་རྗེས་ནི་རིགས་གཞན་ཡང་མཆོན་ནོ། །རི་ལྟར་ནཱ་མཁའ་  
ཐོགས་པའི་རྣམས་ཐམས་ཅད་བཀག་པ་ཙམ་ཡིན་པས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མེད་པ་  
དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་དེ་དོན་དམ་པར་གདོད་མ་  
ནས་མ་སྐྱེས་པའི་བྱིར་རོ། །ནཱ་མཁའ་དང་མཉམ་པའམ་འབྲ་བ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་  
ལ་དེའི་སྒྲོར་བ་ནི་རྣལ་འབྱོར་བའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་  
རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའོ། །དེས་ན་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཡེ་ཤེས་དེས་ཀྱང་མཆོག་མཉམ་པ་  
ཉིད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་གསལ་བ་སྟེ་བྱུང་པའོ། །ཤེས་རབ་བྱིལ་བྱ་ཞེས་བརྗོད་དོ་  
ཞེས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་ནི་དོན་གྱི་བྱིལ་བྱ་ཡིན་ལ་ཉགས་ཀྱི་བྱིལ་བྱ་དགོས་  
བ་ནའང་དེ་འབྲ་བའི་སྐྱ་སྐྱོགས་པར་བསམས་ནས་དགོས་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་  
འཛིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དུམ་བུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། ཐམས་ཅད་ནཱ་  
མཁའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །ནཱ་མཁའ་ཡང་ནི་མཆོན་ཉིད་མེད། །ནཱ་མཁའ་མཉམ་པར་  
སྒྲོར་བ་ཡིས། །ཀྱང་མཆོག་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གསལ། ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་བྱིལ་  
བྱས་སྐྱོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བས་བྱིལ་བྱ་དགོས་ཞིང་དེའི་སྐྱ་ལ་ལྷག་པར་མོས་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཕྱག་རྒྱའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཛིན་པ་ནི་རིགས་  
གང་གི་སྐྱབ་པ་པོ་གང་ཡིན་པས་རྣམ་སྒྲུང་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུར་བསྐྱེད་ནས་སེམས་  
ཅན་གྱི་ཁམས་སྒྲོང་ཞིང་བཟུངས་སྒྲོམ་བྱེད་པ་སྟེ། དཔལ་མཆོག་འགྲེལ་ཆེན་ལས། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རང་གི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
སྐྱབ་པར་འདོད་པས། རི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དེ་བཟུང་ལ་ཆོས་ཀྱི་

དེའི་བྱ་དགོལ་བར་བྱའོ། །དེ་ནས་རང་གི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
བཅེངས་ལ་གཟུགས་གང་དང་གང་གིས་སེམས་ཅན་འདུལ་བར་འགྱུར་བའི་  
གཟུགས་དེ་དང་དེ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་སྦྱང་བར་བྱའོ། །དེ་ནས་བདག་ཉིད་བྱ་བ་  
བྱས་པ་ལྟ་བུའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པར་བསམས་ལ་བརྒྱས་པའམ་སྒྲོམ་བ་བྱ་བ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ནི་མཆོན་པ་ཙམ་སོ། །དེ་ཉིད་  
ཀྱིས་ནི་དོ་མེ་བཟུང་། །ཆོས་ཀྱི་དེའི་བྱ་དགོལ་བར་བྱ། །དམ་ཆིག་གི་ནི་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེན། །བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་ནས་སྟོང་པོ་བསྒྲ། ཞེས་དཔལ་མཆོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་  
གོང་མ་རྣམས་སུ་ཡང་དམ་ཆིག་གསུམ་སྟེན་པའི་སྐབས་སུ་བྱངས་པའི་དོན་ནོ། །འདི་  
རྣམ་འབྱོར་རྒྱད་དང་སྒྲ་མེད་གཉིས་ཀའི་དམ་ཆིག་གསུམ་སྟེན་མོང་བ་ཡིན་པས་ཕྱག་  
རྒྱའི་དམ་ཆིག་ཡབ་ཡུམ་པན་ཚུན་འབྱུང་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཁོ་ནར་མི་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་  
དུ་ཕྱག་རྒྱ་འཆིང་བ་ཡང་ཤེས་པར་བྱ་ལ་སྐབས་དང་སྦྱར་རོ། །སྟོབ་དཔོན་ནི་རང་གི་  
སྒྲ་མ་ལ་བྱེད་པ་དང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་བྱེད་པ་གཉིས་འབྲེལ་པར་  
གསུངས་ཀྱང་སྲ་མ་སྟོམ་པ་བསྐྱབ་པ་དང་མཐུན་ནོ། །དེ་འཛིན་ཚུལ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་འཆར་བའི་རྒྱར་ཁས་ལེན་པ་ལ་མན་སྟེར་བཤད་དེ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྱུང་  
གནས་དམ་པར་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། རིན་ཆེན་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ཡི། །དམ་  
ཆིག་ཡིད་དུ་མོང་བ་ལ། ཉིན་རེ་ཞིང་ནི་དུས་བྱུག་ཏུ། སྟེན་པ་རྣམ་བཞེ་རབ་དུ་སྟེན།  
ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྟེན་ཞེས་བྱང་རོ། །གང་ན་སྟེན་པར་བྱ་བ་རྣམ་པ་བཞེའོ། །དེ་ནི་  
ཟང་ཟེང་དང་ཆོས་དང་མི་འཛིགས་པ་དང་བྱམས་པའོ། །ཡང་ན་གསེར་ལ་སོགས་  
པའི་ནོར་དང་འབྱུང་དང་བྲན་ལ་སོགས་པའི་ནོར་གྱི་སྟོང་པོའམ་ནོར་གྱི་དང་པོ་དང་

རྒྱུ་ལ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་དང་མགོ་དང་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་གི་སྟེང་  
པོ་ལས་ཡན་ལག་གི་དང་པོ་བཞིའོ། །མན་སྟེར་བྱམས་པའི་དོད་ལ་སྟེན་པར་སྦྱ་བ་དང་  
བྱི་མ་བཞི་ལ་ནོར་དང་ཡན་ལག་དང་ཤིན་ཏུ་བའི་ནོར་དང་ཡན་ལག་ཅེས་པའི་ཐ་སྟེང་  
མ་གཏོགས་པ་འདྲའོ། །གང་གི་དམ་ཆེག་ལ་དེ་ལྟར་སྦྱིན་ཞེ་ན། རིན་ཆེན་ནི་མཉམ་  
ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ། རིགས་ནི་དེ་ལས་བྱུང་བས་ན་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་འོ། །རྣལ་  
འབྱོར་ནི་དེའི་རྣམ་པར་སེམས་ཅེ་གཅིག་གིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྦྱོར་བ་རིན་འབྱུང་གི་  
རིགས་ཀྱི་སྦྱབ་པ་པོ་སྟེ་དེའི་འདའ་བར་མི་བྱ་བར་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་བྱ་བའི་དམ་  
ཆེག་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་དགའ་བ་རྣམས་དེ་ལ་སྦྱོར་བས་དེ་དག་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
ཡིད་དུ་འོང་བ་དེ་ལའོ། །རྟོ་རྩེ་མཁའ་འགོ་ལས། རིན་ཆེན་རིགས་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་  
ཀྱི། །དམ་ཆེག་ཡིད་དུ་འོང་བལ། ཞེས་བསྟུར་བ་ལྟར་སྤྱོད་པར་ཡང་འབྱུང་ངོ། །མན་  
སྟེར་རྣལ་འབྱོར་ཀྱི་དོན་ནི་རིན་འབྱུང་གི་སྦྱིན་པས་སེམས་ཅན་དགའ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
དབང་བ་ལ་བཤད་དོ། །ཚུལ་རི་ལྟར་སྦྱིན་པ་ནི། ཉིན་ལན་གསུམ་དང་མཚན་ལན་  
གསུམ་སྟེ་དུས་བྲག་ཏུ་རབ་ཏུ་སྦྱིན་འོ། །དེ་ཡང་ཉིན་རེ་ཞིང་བྱ་སྟེ་ཨ་བ་ཏ་ར་ལས།  
བདག་ལ་སྦྱིན་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་མང་དུ་མི་བདོག་གོ་ཞེས་ཉིན་རེ་ཞིང་སྦྱིན་པའི་  
བར་ཆད་མི་བྱའི་ཅི་རྒྱས་པར་ཚུང་ངམ་ངན་ཡང་སྦྱིན་པར་བྱ་སྟེ་ཡོང་ཡེ་དེས་དེ་  
ལས་འདའ་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རབ་ཏུ་ཞེས་ཀྱུད་གཞན་གཉིས་  
ལས་ཡང་འབྱུང་ངོ། །སྟོམ་པ་གཟུང་བསྒྲགས་གི་སྒྲུབས་སུ་རིན་འབྱུང་གི་དམ་ཆེག་ལ་  
ཉིན་ཞག་རེ་ལ་གྲངས་རིམ་ཅན་གྱི་བྲག་ལ་མ་གསུངས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་  
ན། སྒར་བཤད་པ་ལྟར་ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆེག་རྣམས་ལ་བསྟོར་བྱེད་བྱེད་

པའི་སྒོ་ནས་ཉེས་པས་གོས་མ་གོས་རྟོག་པ་ལ་བྱལ་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་མིན་ཏེ་  
འདི་ནི་ཉིན་རེ་ལ་སྤྱིན་པ་ལན་བྱལ་གཏོང་བའོ། །དེ་འདྲ་བའི་རིན་འབྱུང་གི་དམ་ཆིག་  
ལན་བྱལ་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་དམ་ཆིག་གཞན་ལ་ཡང་མཆོན་པ་འདྲ་སྟེ། ཅེ་མོ་  
ལས། སྤོ་སྤོམ་པ་མྱང་བྱ་སྟེ། །དེ་ཉིད་ཉི་ཕྱེད་དང་མཆོམས་སྟེ། །ཉིན་དང་མཆོན་མོ་  
ལན་གསུམ་དུ། །སངས་རྒྱས་རྟོ་རྟོ་ཞོ་ཞོ་བྱ་དང་། །པར་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་  
གང་། །རྣམ་པ་བཞི་པོ་དེ་ལས་སྦྱོར། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་བྱང་ཚུབ། །ཉིན་  
དང་མཆོན་ལ་རྣམ་པ་བྱལ། །རྟོ་རྟོ་བྱེད་ཆོགས་སྦོབ་དཔོན། །རྟོ་རྟོ་ཅན་རྣམས་དེ་  
བཞིན་བྱལ། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་ནི་སྦྱབས་འགྲོ་  
ཡིན་ལ་བྱང་ཚུབ་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་པའོ། །རྟོ་རྟོ་ཅན་ནི་བྱལ་བྱའི་དམ་ཆིག་  
གོ། །དེ་རྣམས་ཉིན་ལན་གསུམ་དང་མཆོན་ལན་གསུམ་དུ་བྱེད་པ་ནི་བྱལ་གོ། །དེ་དག་  
ཏུ་ལས་རིགས་མ་སྦྱོས་པ་ནི་གཞན་དུ་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་ཀྱི་ནང་དུ་ལས་རིགས་  
བསྐྱུས་ནས་བཞིར་གསུངས་པ་ཡོད་པས་དེ་ཡིན་ནམ་རྟག་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཡང་  
རིགས་གཞན་ཀྱི་དམ་ཆིག་ལ་བྱལ་བྱ་བྱས་ནས་འདི་ལ་མི་བྱེད་པ་མིན་ནོ། །འོ་ན་ལྷང་  
དེའི་འཕྲོ་ཉིད་ནས། །ཟང་ཟིང་མི་འཛིགས་ཆོས་དང་ནི། །བྱམས་པ་ཉིན་ཞག་ཀུན་ལ་  
བརྒྱད། །ཆོས་གསུམ་ཆངས་པ་བཞི་ཞེས་པ། །རྣམ་པ་བརྒྱད་དུ་བསྐྱས་པར་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་དོན་ཅི་ཡིན་སྟེ་མ་ཤ། །སྤྱིན་པ་བཞི་ལན་བྱལ་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་དུས་  
ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡིན་ཀྱི་ནང་ཆོན་ཀྱི་དབྱེ་བའི་སྒོ་ནས་མ་ཡིན་ཏེ་དུས་རེ་རེར་ཡང་བཞི་  
བཞི་བྱེད་བས་སོ། །བརྒྱད་དུ་གསུངས་པ་ནི་ཉིན་མོ་དང་མཆོན་མོ་སྤྱིན་པ་ལ་ནང་  
ཆོན་གྱིས་བྱེ་ན་བཞི་བཞི་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་སོ། །ཆོས་གསུམ་ནི་འོད་དཔག་མེད་

ཀྱི་དམ་ཚིག་གི་སྐབས་སུ་གསུངས་པའི་བྱི་དང་གསང་བ་དང་ཐེག་བ་གསུམ་གྱི་  
ཆོས་ཡིན་ལ་དེ་ལ་སྔ་མ་གཉིས་གསང་སྐད་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས།  
ཉིན་མཆན་རེ་རེའི་ཆོས་འཛིན་བ་ལ་ནང་ཆན་གྱིས་བྱེ་བ་བརྒྱད་དུ་བྱེད་བ་ལང་སྟེ་  
བརྟག་པར་བྱའོ། །ཆངས་བ་བཞི་ནི་ཆངས་པའི་གནས་བཞི་རུ་གྲགས་པའི་ཆང་མེད་  
བཞི་སྟེ་དོན་བྱུང་བྱ་སྐྱབ་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་  
ཐབས་དམ་བ་ནི་ཆད་མེད་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་ཉིན་དང་མཆན་དུ་སྟོམ་པ་ལ་ནང་ཆན་  
གྱི་བྱེ་བ་ཡིན་ནས་དབྱད་པར་བྱའོ། །སྦྱིན་བ་བཞིའི་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་སྦྱིན་བ་སྦྱ་ལ་  
བྱི་མ་གཉིས་ནི། ཅེ་མོ་ལས། དབྱ་དང་གྲོགས་དང་པར་མ་ལ། །སེམས་སྟོམས་མི་  
འཛིགས་རབ་ཏུ་སྦྱིན། སྦྱན་ཅིང་བདེན་པར་སྦྱ་བ་ཡིས། །ཞེ་སྤང་འཛོམས་བྱེད་བྱམས་  
བ་བསྟོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཉིན་རེ་ལ་སྦྱིན་བ་བྱེད་ལུགས་ནི་  
ཟང་ཟིང་དང་ཆོས་ལ་དངོས་སུ་བྱེད་བ་མ་བྱུང་བའི་ཆོ། རང་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་  
གཞན་ལ་གཏོང་བའི་བསམ་བ་དང་རང་གི་དགེ་བའི་ཆོས་གཞན་ལ་བསྟོ་བའི་བསམ་  
བ་སྦྱངས་ཏེ། །གཏོང་སེམས་སྟེལ་བ་ཉིད་སྦྱིན་བ་ལ་སྟོབ་པའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
རོ། །བཏང་སྟོམས་དང་བྱམས་བ་བསྟོམས་ནས་ཀྱང་མི་འཛིགས་བ་དང་བྱམས་པའི་  
སྦྱིན་བ་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་དམ་ཆོས་འཛིན་བ་དང་མཆོད་བ་ལ་ཡང་དངོས་དེ་ཆོས་  
དང་ཡིད་ཀྱི་སྟོན་ས་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ་རིགས་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ནི་གོ་སྟོའོ། །བཞི་བ་ནི་  
བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལས་བྱུང་བ། བསྐྱའི་རིགས་ཆེན་དག་པ་ལ། །བྱི་དང་གསང་བ་ཐེག་  
བ་གསུམ། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་གཟུང་བར་བཟྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། །གཟུང་བར་  
བྱའོ། །གང་གཟུང་བ་ནི། དམ་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཏེ་དེའི་ཆོས་ནིའོ། །དེ་ཡང་བྱི་ནི་གང་

དུ་ཁྱུས་དང་གཅིང་སྤྱེ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་བྱི་རོལ་གྱི་བཞོད་བ་དང་བྱིས་  
 སྤྱེ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱེ་ལ་དམིགས་པ་སྟོན་པ་བྱ་བའི་རྒྱུད་དམ་ཆིག་གསུམ་བཞོད་དང་  
 འབྱུང་པོ་འདུལ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་དང་། སྟོན་པའི་རྒྱུད་རྣམས་སྤང་མཛོན་བྱང་ལ་  
 སོགས་པའོ། །གསང་བ་ལ་གསུམ་ལས། རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་ནི་དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པ་  
 སོགས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ནི་གསང་འདུས་ལ་སོགས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་  
 རྒྱན་མེད་པའི་རྒྱུད་ནི་རྣལ་འབྱོར་མའི་རྒྱུད་དོ། །ཐེག་པ་གསུམ་ནི་ཉན་རང་གི་ཐེག་  
 བ་གཉིས་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་སྟེ་སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་ནི་བྱི་  
 དང་གསང་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་མན་སྟེར་བ་ཤད་དེ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ་ཡང་དེ་  
 དང་དགོངས་པ་མ་ཐུན་པར་སྤང་རོ། །འདི་ལ་སྟོབ་དཔོན་སུ་ནེ་རྩ་རྩ་བས་ཉན་རང་  
 གཉིས་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དང་གསུམ་ལ་བྱི་དང་བྱ་བ་དང་སྟོན་  
 བ་དང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཐེག་པ་ལ་གསང་བའི་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་འདོད་པ་ལ་ཆོས་འདི་  
 བ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་སྐབས་གནས་འདྲ་ཞིང་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་  
 སོགས་བཞི་པོ་འདོད་མི་འདོད་ཀྱིས་བྱི་ནང་དུ་འཛོག་པས་ཉན་རང་སོགས་བྱི་པར་  
 འཛོག་པ་མི་འཐད་ཅེས་སུ་ཁྱུང་ནས། རང་ལུགས་ནི་རིག་བྱེད་ལ་སོགས་པ་བྱི་  
 རོལ་པའི་ཆོས་དང་ཉན་རང་དང་ཐེག་ཆེན་གསུམ་གསང་བའི་ཐེག་པར་འཛོག་སྟེ།  
 འདིས་ནི་གསང་བའི་ཐེག་པ་ཞེས་འདོན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འགྲེལ་བ་དག་གིས་ནི་བྱི་དང་  
 གསང་བ་ཞེས་བཏོན་ནས་བཤད་པ་མཛད་ལ་རྟོ་རྟོ་སྟེ་སྟེ་པོ་རྒྱན་གྱི་བཙུ་གཉིས་པ་  
 ལས་ནི། བརྗོད་སྤང་བའི་རིགས་དག་ལ། བྱི་དང་ནང་དང་གསང་བ་ཡི། །དམ་ཆིག་  
 རབ་ཏུ་གསུང་བ་ཡིས། །སྤྱོད་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་སོ། །འོ་ན་

དམ་ཚཱ་གཟུང་བ་དེ་གང་གི་དམ་ཚཱ་ལ་བྱ་ཞེན། བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་ནི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
ལ་དེ་ལས་བྱུང་བ་ནི་བསྐྱ་ཆེན་པོ་སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་ལ་  
སོགས་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པས་ན་དག་པའོ། །རིགས་ནི་སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་  
ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཏེ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཚཱ་ལ་འོ། །མན་སྟེར་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་  
རིགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་དག་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་དག་  
པའོ། །དེ་ན་འདི་ལས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འཆད་  
དོ། །ཆོས་དེ་རྣམས་འཛིན་ལུགས་ནི་སྤྲང་བཤད་པ་ལྟར་འདིས་བདག་ལ་དགོས་པ་  
མེད་དོ་ཞེས་མི་སྟོང་བར་འཛིན་པའོ། །ལྷ་པ་དོན་ཡོད་གྲུབ་པའི་སྟོམ་པ་གཟུང་བ་ནི།  
ལས་ཀྱི་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ། སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ལྷན་པར་ནི། ཡང་དག་ཉིད་  
དུ་གཟུང་བར་བགྱ། །མཆོད་པའི་ལས་ཀྱང་ཅི་རུས་བགྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། བགྱའོ་  
ཞེས་བྱའོ། །གང་ན་ཆོད་པའི་ལས་སོ། །དེ་སྟོན་པ་ནི། སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ལྷན་པར་  
ནི། །ཞེས་པ་སྟེ་བྱི་དང་གསང་བའི་མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པའི་མཆོད་  
པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་མན་སྟེར། འདིར་སྟོམ་པ་ནི་དོན་ཡོད་གྲུབ་པའི་རིགས་ཀྱི་མཆོད་པ་  
བྱ་བ་ནན་ཏན་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོམ་པ་སྟེ། དེ་  
ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་གཟུང་ངོ། །མན་སྟེར་ཉིད་སྟོང་ལྷ་བྱའི་མཆོད་པ་དང་བསྟོམས་  
པའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་རང་གི་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པ་  
གསང་བའི་མཆོད་པ་དང་ཡུམ་དང་སྟོམས་པར་ཞུགས་པས་དག་པ་བ་བཞིའི་རིམས་  
ཀྱིས་ཉོན་མོངས་དག་པའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་དང་།

མངོན་བརྗོད་ཆ་མ་ལས། རང་བཞིན་མེད་པའི་གནས་གོམས་པས། །ལྷ་ཡི་སྤྱང་པོ་  
སྒྲོམ་བྱེད་པ། །དེ་ནི་མཆོད་པ་ཆེན་པོར་འདོད། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་བྱེད་  
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པས། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་རང་གི་སྤྱི་འོ་པོའི་རྗེས་སུ་  
བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམས་པས་མཆོད་པ་སྒྲན་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་  
མཆོད་པར་བཤད་དོ། །མཆོད་པའི་དམ་ཆོག་འདི་རྒྱད་སྟེ་གཉིས་སྟུན་མོང་བ་ཡིན་  
པས་རང་རང་གི་སྐབས་དང་སྦྲར་དོ། །ཆུལ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། ཅི་ཅུས་ཞེས་ཏེ་རང་གི་  
སྟོབས་ཅི་ཡོད་པ་བཞིན་ཁས་ལེན་པའོ། །ཀྱང་ཞེས་པ་ནི་སྤྲ་མ་རྣམས་ལ་སྟོས་  
པའོ། །དེ་འདྲ་བ་དེ་སྤྱི་དམ་ཆོག་ལ་བྱ་སྟུམ་ན། ལས་ཀྱི་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་སྟེ་  
དོན་ཡོད་བྱུང་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་དམ་ཆོག་པའོ། །གསུམ་པ་དོན་བསྟུས་ཏེ་ཁས་སྒྲང་  
བ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་སྒྲན་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་བགྱིས་  
ནས། །སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱི་དོན་ཀྱི་ཕྱིར། །བདག་གིས་སྒྲོམ་པ་མ་ལུས་གཟུང་། །མ་  
གྲོལ་བ་ནི་དགྲོལ་བར་བགྱི། །མ་བཀྲལ་བ་ནི་བསྐྱལ་བར་བགྱི། །དབྱུགས་མ་ཕྱིན་པ་  
དབྱུགས་དབྱུང་ཞིང་། །སེམས་ཅན་བྱ་ངན་འདས་ལ་དགོད། ཅེས་གསུངས་ཏེ། ཀྱང་  
པ་དང་པོ་གཉིས་ནི་སྟོན་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་དོན་བསྟུ་དང་། དེ་ནས་གཉིས་ནི་སྒྲོམ་པ་  
སྤྱི་དོན་བསྟུ་འོ། །མ་གྲོལ་བ་ནི་གཏི་ཐུག་སོགས་སྐྱབ་པ་གཉིས་ཀྱི་འཆིང་བས་  
བཅིངས་པའི་ཆངས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་དགྲོལ་བ་དང་ཉན་རང་ཤེས་སྐྱབ་  
ལས་མ་བཀྲལ་བ་རྣམས་དེ་ལས་བསྐྱལ་བ་དང་། དཔུལ་བ་ལ་སོགས་པ་དབྱུགས་མ་  
ཕྱིན་པ་རྣམས་དབྱུགས་དབྱུང་ཞིང་སེམས་ཅན་ཀུན་མི་གནས་པའི་བྱ་ངན་ལས་  
འདས་པ་ལ་དགོད་དོ་ཞེས་པ་ནི་མན་སྟེ་དང་དོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོའི་རྣམ་བཤད་གཉིས་



ཀའི་དགོངས་པའོ། །ཆོག་ས་བཅད་ཐ་མ་འདི་འདྲུག་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་མན་སྟེར་  
 བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་སྤང་གི་སྡོམ་བ་མན་ཆད་ཀྱི་བཤད་པ་གསལ་ཁ་མེད་པ་  
 རྣམས་སྒྲ་བ་ལྟ་བུའི་དགོངས་པ་བཞིན་བཤད་པའོ། །སྟོབ་དཔོན་ལུ་ཅེ་ལྟ་ལྟ་བུས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གཟུང་བ་གཅིག་དང་རྟོ་རྟོ་  
 རིགས་ལ་རྟོ་རྟོ་དང་བྲིལ་བྱའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་སྟོབ་དཔོན་གཟུང་བ་གསུམ་དང་རིན་པོ་  
 ཆེའི་རིགས་ལ་སྦྱིན་པ་བཞི་དང་། བསྐྱེད་རིགས་ལ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཆོས་དང་ཐེག་པ་  
 གསུམ་སྟེ་བཞི་དང་ལས་ཀྱི་རིགས་ལ་སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པར་བྱ་བ་དང་  
 མཆོད་པའི་ལས་བྱ་བ་སྟེ་བཅུ་བཞིར་འཆད་དོ། །བྲིལ་བྱའི་ཕྱག་རྒྱ་ཞེས་གཅིག་ཏུ་  
 བསྐྱེད་པ་ནི་སྟོབ་དཔོན་ཀུན་སྤྱིར་གིས་དཔལ་མཆོག་འབྲེལ་བར་དེ་གཉིས་སོ་སོར་  
 བཤད་པ་དང་འགལ་བས་མི་འཐད་ལ། བསྐྱེད་རིགས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་བཤད་པའང་  
 འཐད་སྟུང་བ་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་ལས་རིགས་ལ་གཉིས་བྱེད་པ་ནི། རྟོ་རྟོ་སྟེང་པོ་རྒྱན་  
 ཀྱི་བཅུ་གཉིས་པ་ལས། རྩ་སྤྱུལ་ཀྱི་རིགས་མང་པོ། །དམ་ཆོག་དང་ནི་སྟོམ་པར་  
 ལྷན། །བསྟེན་བཀུར་མཆོད་པ་སེམས་ཅན་དོན། །བྱས་པས་དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་འཛོམས་  
 ཅེས་གསུངས་པ་དང་མཐུན་ལ། དེར་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡང་གསུངས་  
 སོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་ནའང་ཡར་ནི་འབྲེལ་བ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་སུ་བཤད་དོ། །དམ་ཆོག་དེ་  
 རྣམས་ཐམས་ཅད་རིགས་སོ་སོའི་སྒྲུབ་པ་སོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱེད་དགོས་མོད་ཀྱང་  
 རང་གི་རིགས་གང་ཡིན་པའི་དམ་ཆོག་ཀྱི་ལ་ལྟག་པར་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས་པར་  
 སངས་རྒྱས་གསང་བས་གསུངས་ཏེ་ཨ་བ་ཏ་ར་ལས། དེ་བས་ན་གང་ཡང་རུང་བའི་

རིགས་ལ་རང་གི་ལྷ་མཉེས་པར་བྱེད་པས་ཀྱང་རིགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མ་སྐྱོན་པར་བསྐྱོན་  
 བའི་དམ་ཆོག་གི་བྱེ་བྲག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཅི་ལྷན་པར་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་  
 བྱའོ། །མཉེས་པར་བྱ་བ་རང་གི་ལྷ་མཉེས་སུ་མ་སྐྱོན་པའི་དམ་ཆོག་གང་ཡང་རུང་བ་  
 ལ་ཡིན་ཏུ་ལྷག་པར་ནན་ཏན་དུ་བྱ་དགོས་ཏེ་ཁྱད་པར་ནི་དེ་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
 ཏེ། དཔེར་ན་མི་བསྐྱོད་པའམ་དེའི་རིགས་ལ་མེ་ཏྲག་པོག་པའི་སྐྱབ་པ་པོ་ཡིན་ན་དམ་  
 ཆོག་གསུམ་དང་སློབ་དཔོན་གཟུང་བ་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ། །འོ་ན་སློབ་  
 བ་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱོན་མོང་གི་དམ་ཆོག་རྣམས་བསྐྱགས་ནས་འཛིན་པའི་ཆེ་  
 དེ་དག་གཟུང་བ་མི་འཆད་བ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན། འདི་ལ་སློབ་དཔོན་ལྷ་བ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་འགའ་ཞིག་གིས་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱང་རིགས་ལྡེའི་སློབ་པ་གཟུང་བའི་འོག་ཏུ་དངོས་  
 སུ་འཛིན་པ་མཛད་པ་ཡོད་དོ། །འོན་ཀྱང་སློབ་པ་འཕོགས་པའི་ཆེ་སློབ་དཔོན་གྱིས་  
 རིགས་ལྡེ་སྤྱི་དང་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་རགས་རིམ་ཞིག་བཤད་ལ་དེ་ནས་རིགས་ལྡེ་  
 དང་འབྲེལ་བའི་སྐབ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དམ་ཆོག་ཐམས་  
 ཅད་ལ་བསྐྱབ་པོ་སྟུམ་པའི་སློབ་པ་འཛིན་འདོད་བསྐྱེད་ནས་སོག་པས་ཆོག་པས་  
 ཟུར་པ་མེད་ཀྱང་ཆོ་ག་ཆད་བའི་སྐྱོན་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་སློབ་པ་གཟུང་གི་གཞུང་  
 རྣམས་ཀྱི་དོན་བཟུ་ན་འདིར་འགྱུར་ཏེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་སྐྱ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 འགོ་བ་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ལྷ་མཉེས་སྤྱི་བྱག་བྱ་ཆེན་པོར་བསྐྱེད་ལ་དོན་རྗེ་དང་བྱེལ་བུའི་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་བྱན་ཏེ་བཟུང་ནས་རང་ལ་མཆོད་པར་བྱེད་ཅིང་ཐེག་པ་གསུམ་ལ་མཁས་  
 བར་བྱས་ནས་ཉེས་སྦྱོར་མཐའ་དག་ལས་ལྷོག་པ་དང་། དགོ་བའི་ཆོས་མཐའ་དག་  
 བཟུས་ནས་སྤྱིན་པ་བཞིའི་སློན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའོ། །ཁྱུ་བྱང་གི་དཀྱིལ་

ཚོག་ལས། སློབ་མ་དང་ནི་སླ་མ་ཡིས། །དང་པོར་ལན་གསུམ་བརྗོད་ནས་ནི། ཞེས་  
སློམ་པ་གཟུང་བའི་ཚོག་སློབ་དཔོན་གཉིས་ཀས་ལན་གསུམ་གསུམ་བརྗོད་དགོས་  
པར་གསུངས་པ་ལྟར་སླ་གཅན་འཛིན་དཔལ་བཤེས་གཉིན་གྱི་དགྲིལ་ཚོག་དང་  
དགྲིལ་ཚོག་རྗོད་ཐེངས་བར་ཡང་ལན་གསུམ་བྱེད་པར་གསུངས་པས་ལན་གསུམ་བྱ་  
དགོས་ལ། བྱེད་པར་དུ་སློམ་པ་ཐོག་མར་ལེན་བ་དང་། ཉམས་པ་གསོ་བ་ཡིན་ན་ངེས་  
པར་ཚད་བ་ལན་གསུམ་བྱ་དགོས་ཏེ་དེ་མ་ཚང་ན་ཚོག་མ་ཚང་བས་མི་སྟེ་བ་ནི་  
གཞན་དང་འབྲ་བར་སེམས་སོ། །འོ་ན་སློམ་པ་ཐོབ་ཐེན་ལ་མ་བཏང་བས་ཀྱང་ཡང་  
ཡང་ལེན་པར་གསུངས་པ་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ནི་དམ་ཚིག་ནཱ་མས་བསྐྱུང་བ་ལ་  
སེམས་བརྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ཏེ། ཨ་བ་ཏ་ར་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་  
སྐྱར་སྤྱིའི་ཚོག་བསྟན་པའི་མཚན་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སློམ་པ་སྐྱར་མཛོས་སུ་བེན་  
ཀྱང་སེམས་བརྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་བསྟེན་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སློམ་པ་འདི་  
ལེན་པའི་སྐབས་ནི་ཚོག་ཉི་ཤུ་བ་གཉིས་དང་དགྲིལ་ཚོག་བྱང་འཇུག་གསལ་བ་དང་  
རྗོད་ཐེངས་བ་སོགས་མང་པོར་སྟ་གོན་གྱི་སྐབས་སུ་ལེན་བ་མཛད་ལ། རྗོད་ཐེངས་མའི་  
རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སློབ་དཔོན་ཀུན་དགའ་སྤྱིར་བོ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་དངོས་  
གཞིའི་སྐབས་སུ་ལེན་བ་མཛད་དོ། །མར་མེ་མཛད་བཟང་པོས། མི་ལམ་བཟང་བན་  
འིས་ནས་ནི། མེ་དགོ་ཐབས་སྟོར་དག་གིས་གཞོམ། །སློབ་མ་ལེགས་བསྐྱུངས་སྟོད་  
གྱུར་པ། །དེ་ནས་སློམ་པ་འཛིན་དུ་གཞུག། །ཅེས་སློབ་མ་ལ་མི་ལམ་བརྟགས་པའི་འོག་  
དངོས་གཞི་མ་ཟུག་པའི་བར་དུ་ལེན་པར་མཛད་དེ་འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡང་མང་  
ངོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ནི་གང་གི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་གྲངས་ཀྱང་སྟེ་བར་གསལ་

ལོ། །སྒོམ་པ་སྒྲེ་བ་ནི་འཕོགས་པའི་ཆོག་ལན་གསུམ་བྱས་པའི་མཐར་སྒྲེའི་དབང་  
རྒྱལ་པ་ལ་མི་སྒོམ་སོ། །དེ་དག་གྲང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་  
དུ་བྱས་ཀྱི་གཞན་ནི་མངོན་རྟོགས་བསྐྱེད་པའི་དུས་སུ་ཡང་ལེན་པ་ལྟར་མ་ངེས་  
སོ། །དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས་ནི་གཞན་རྣམས་དང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བར་གསུངས་ཏེ་  
འོག་ཏུ་སྟོན་ནོ། །སྒོམ་པ་གཟུང་བ་བཤད་ཟེན་ཏོ། །གསུམ་པ་སྒོམ་པ་བཟུང་མ་བཟུང་  
ལ་དབང་བསྐྱར་མི་བསྐྱར་གྱི་ཚུལ་ལ་གསུམ། སྒོམ་པ་མི་འཛིན་པ་ལ་དབང་མི་སྐྱར་  
བའི་ཚུལ། དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤངས་ཏེ་དབང་བསྐྱར་བས་སྒོམ་པ་འཛིན་ཚུལ། བྱ་སྟོད་ཀྱི་  
དབང་བསྐྱར་བ་ལ་སྒོམ་པ་གང་འཛིན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྩོམ་འབྲུང་བ་ལས།  
གང་ཞིག་སྒོམ་པ་འཛིན་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ལ་ནི་དང་ཁྱོད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ་སྒོམ་དཔོན་དུ་རྩོམ་སུ་གནང་བ་དང་དབང་བསྐྱར་བར་མི་  
བྱའོ། །འཇུག་པ་ཙམ་ཞིག་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། །ཞེས་སྒོམ་པ་མི་འཛིན་ན་མེ་ཏོག་དོར་  
ནས་ལྷ་རོ་སྟོན་པ་ཡང་ཆད་འཇུག་པ་ཙམ་ཞིག་བྱེད་ལ་དབང་མི་སྐྱར་ཞིང་འཇུག་པའི་  
སྐབས་ཀྱི་ཡང་དམ་གཞག་གི་སྐབས་མི་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །དེ་འདྲ་བ་ལ་སྒོམ་པ་  
འཛིན་པའི་གསོལ་གདབ་ལ་སོགས་པ་ཡང་གཞག་དགོས་སོ། །གཞུག་པ་ཙམ་ལ་ནི་  
སྟོད་དང་ལྷན་མི་ལྷན་བཟླ་མི་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ་ཅེ་མོ་ལས། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རྒྱ་པོ་ཆེན་པོ་འདིར་ནི་མ་  
ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་འཇུག་ཏུ་རུང་  
ངོ། །སྟོད་དང་སྟོད་མ་ཡིན་པ་ཡོངས་སུ་བཟླ་བར་མི་བྱ་སྟེ། གཞུག་པ་ལ་མངོན་པར་  
ཞེན་པ་ཡོངས་སུ་གཟུང་བར་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་

མཐོང་བ་ཙམ་གྱི་མོད་ལ་ཕྱིར་མི་སྟོན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །དང་པ་མེད་པ་དང་དགེ་  
བའི་རྩ་བ་མ་བསལས་པ་དང་རྒྱད་ཡོངས་སུ་མ་སྟེན་པ་དང་མོས་པ་མེད་པ་མང་དུ་  
ཟེན་ཀྱང་འོན་ཀྱང་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་གཞུག་  
པ་དང་ཞུགས་པ་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་གཉིས་ལས་གཞུག་པ་ནི་སྟོད་དང་མི་ལྡན་པ་  
ལའང་མ་བཀག་པ་ཡིན་གྱི་དབང་སྐྱར་བ་མི་འགོག་པ་ནི་མིན་ཏེ། ཅེ་མོ་ལས། གལ་  
ཏེ་དེ་ནི་སྟོད་མིན་ན། དེ་ལ་གཞུག་པ་སྟེན་པར་བྱ། ཞེས་དང་། གཞུག་པ་ཙམ་ཞིག་  
སྟེན་བྱའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བ་མིན། ཞེས་སོ། །དེས་ན་རྩ་རྒྱུད་དེ་ཉིད་བསྐྱས་  
པར། དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་འདིར་གཞུག་པ་ལ་སྟོད་དུ་གྱུར་པ་དང་སྟོད་དུ་མ་གྱུར་པ་  
བརྟག་མི་འཆའ་ཡོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ནི་བཤད་རྒྱུད་ཅེ་མོས་བཀྲལ་  
བའི་དོན་མཁས་པ་ཀུན་སྙིང་གིས་གསུགས་པ་དེའོ། །འོ་ན་དབང་མི་བསྐྱར་བར་  
དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་ཙམ་བྱེད་པ་དེ་རྒྱུད་སྟེ་གཞན་ལ་རུང་ངམ་མི་རུང་ཞེ་ན།  
འདི་ལ་རྣམ་སྤང་མངོན་བྱང་ལས། གསང་བ་བའི་བདག་པོ་གང་དག་གིས་སྟོན་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོ་གསང་སྐད་སྟོད་པའི་ཚུལ་སྟོ་མཐའ་ཡས་སྐྱབ་པ་ལ་གོམས་པར་བྱས་  
པ་དེ་དག་ནི་དོ་རྩེ་སེམས་དབང་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་གྲངས་ཀྱི་  
ཆད་འདི་བྱས་སོ། །འོན་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པས་སེམས་ཅན་གྱི་  
ཁམས་མ་ལུས་པ་བསྐྱལ་བར་ཡི་དམ་བཅའ་བ་ཁོ་ནར་བྱ་སྟེ། དེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱི་རྒྱ་འགྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་  
བཟུང་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་དེའི་འགྲེལ་པ་ལས། གོང་དུ་གྲངས་སུ་བཅད་  
པ་ནི་སྐྱབ་པ་འཕམ་སྟོབ་དཔོན་དུ་སྟེན་པར་བྱ་བའི་སྟོབ་མ་སྟེ་དེ་ལས་གཞན་པའི་

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འད་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དེ། དཀྱིལ་འཁོར་དེར་བཅུད་ན་སྒྲོབ་  
 དཔོན་ནམ་སྐབ་པ་པོར་མི་འགྱུར་ཡང་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུད་ཅིང་བྱང་ཚུབ་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་ན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་རྒྱུའི་ས་པོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཆད་དང་གངས་ཆད་  
 པ་མེད་པར་གཟུང་ངོ། །ཞེས་འཆད་ཅིང་སྒྲོབ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་གངས་རེས་མཛད་  
 པ་ནི་དེ་འབྲས་ལྷོ་དཀོན་ཞིང་མང་དུ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་  
 སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་གསང་བ་ནི་བྱ་སྟོན་གཉིས་ལ་ཡང་ཚུལ་དེ་རུང་བར་བཞེད་  
 དེ། རྣམ་སྒྲུང་མདོན་བྱང་གི་རྒྱུད་ནི་ཐབས་ཤེས་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་སྟོར་བའི་རྒྱུད་ཡིན་  
 ཡང་བྱ་བའི་རྒྱུད་དམ་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་ལྟ་བུར་སོ་སོར་བརྟགས་ཤིང་གྲགས་  
 སོ། །ཞེས་བཞེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པའི་སྟོན་འགྲེལ་ལས། རི་ལྟར་བྱ་བའི་  
 རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་འདིར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོགས་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད་ཅེ་ན། འདིར་རྒྱུད་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ། ཞེས་དང་  
 ཀོ་ས་ལའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། རྒྱུད་གཞན་ལས་སྟོད་དང་སྟོད་མ་ཡིན་པ་རྟོག་པར་བྱེད་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ་འདིར་སྟོད་དུ་གྱུར་པ་དང་སྟོད་དུ་མ་གྱུར་པ་བརྟག་ནི་མི་འཆའ་  
 ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་བྱ་སྟོན་ལ་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་བརྟག་དགོས་པ་ལྟར་  
 འདིར་མི་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་དུ་བྱས་ན་ཆོས་མི་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་གསུམ་དང་ཆོས་  
 ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཞུགས་ན་དོན་ཆེ་བ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་བྱ་སྟོན་ལ་ཡང་མཚུངས་  
 པས་མི་འཐད་དོ། །དེས་ན་བྱ་སྟོན་ལ་དམ་ཆོག་ལ་མི་དགའ་བ་དང་སྤར་སྤྱད་མི་ལུས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་དབང་བསྐྱར་བའམ་ལམ་གྱི་སྟོན་དུ་མི་རུང་ཞིང་དེ་ལས་བསྐྱོག་པའི་  
 སྟོན་རུང་དགོས་པ་ལྟར་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་ལ་དེ་ལྟར་མི་དགོས་ཞེས་སྤྱར་

དགོས་པ་འདྲ་བས་སློབ་དཔོན་ཀྱན་སྒྲིང་སོགས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་གསང་བ་འདྲ་བར་  
མངོན་ནོ། །དབྱ་ནག་གི་འགྲེལ་བ་རིན་ཆེན་སློན་མར་དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པའི་ལུང་བྲངས་  
ནས་སློབ་གཙོད་པ་ལས་ཐོག་ན་གཞུག་པ་ཅམ་བྱེད་པ་དང་མི་སློབ་ན་བཏང་སྟོམས་  
སུ་བཞག་པའམ་ཡང་ན་ནན་ཏུར་གྱིས་གཞུག་པར་བཤད་དེ། འདིས་ནི་ཚུལ་དེ་མ་  
མེད་ལའང་རུང་བར་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། འོན་ཏེ་རྗེ་འབྲུང་བ་དང་དེ་ཉིད་བསྐྱུས་  
པའི་སྟོད་འགྲེལ་ལས། སྟོམ་པ་མི་འཛིན་པ་ལ་དབང་བསྐྱར་བཀག་པ་དང་ཡང་འགྲེལ་  
པ་དེ་ཉིད་ལས། མེ་ཏོག་གི་སྤེང་བའི་དབང་བསྐྱར་བ་དང་ཕྱག་རྒྱའི་དབང་བསྐྱར་བ་  
དང་རྗེ་རྗེའི་དབང་བསྐྱར་བ་དང་བདག་པོའི་དབང་བསྐྱར་བ་དང་མིང་གི་དབང་བསྐྱར་  
བ་གསུངས་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་ཕྱིར་མི་སློབ་པའི་ས་བོན་བསྐྱེད་པའི་  
ཕྱིར་ཡིན་པས་སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་གཟུང་བ་དང་སྟོམ་པ་མ་གཟུང་བའི་སྤྱིའི་དབང་  
བསྐྱར་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྟོམ་པ་མི་འཛིན་པ་ལའང་དབང་བསྐྱར་བར་བཤད་པ་  
གཉིས་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་འདུག་པ་ཅམ་ཞིག་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ་ཞེས་ཅམ་  
གྱི་སྐྱས་དབང་བསྐྱར་བ་བཅད་བའི་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་མི་འཛིན་པའི་ཆོས་མི་ལྡན་གྱི་  
དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ་ཅེ་མའི་ལུང་བྲངས་པ་ལྟར་རོ། །སྟོད་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ནི་  
སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་མི་འཛིན་ཡང་སློབ་མའི་དབང་གི་སྟོད་དུ་རུང་བ་སློབ་མའི་དབང་  
ཅམ་བསྐྱར་བ་ཡིན། དེས་ན་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་མི་འཛིན་པ་ལ་རྗེ་རྗེའི་སློབ་དཔོན་གྱི་  
དབང་མི་བསྐྱར་བར་ངེས་ཀྱང་སློབ་མའི་དབང་བསྐྱར་མི་བསྐྱར་གཉིས་ཡོད་དོ། །འོ་  
ན་སློབ་མའི་དབང་ཅམ་བསྐྱར་བའི་སྟོད་དུ་རུང་བ་དེ་ཅེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་སྟུམ་ན། འདི་  
ལ་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་སློབ་མའི་དབང་བསྐྱར་བ་ཅམ་ཞིག་སྒྲངས་ནས་དངོས་བྱུང་སྐྱུ་བ་

པར་འདོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་དོན་མིན་པས་བཞི་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་  
པར་ཤུ་ཉེ་པས་གསུངས་པ་ལྟར་འདོད་པར་བྱ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། ཡང་གང་ཞིག་པ་རིག་  
པའི་དབང་བསྐྱར་བ་འབའ་ཞིག་ཙམ་སྦྱིན་ཞེ་ན། སློབ་དཔོན་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་དོན་  
དུ་མི་གཉེར་བའམ་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་སྦྱི་འི་སྒྲིམ་པ་ཉི་ཆེ་ཙམ་ལེན་པར་བྱེད་ཀྱི་སློབ་  
དཔོན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་དག་ལའོ། །ཞེས་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་དོན་དུ་  
གཉེར་མི་གཉེར་གང་ཡིན་ཡང་སྐྱུ་མོང་གི་སྒྲིམ་པ་ཙམ་ཞིག་འཛིན་གྱི། སློབ་དཔོན་  
གྱི་སྒྲིམ་པ་མི་འཛིན་པ་ལ་སློབ་མའི་དབང་ཙམ་བསྐྱར་བར་གསུངས་སོ། །སྒྲིམ་པ་དེ་  
གཉིས་ཀྱང་འབྲེལ་པ་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལ་སྒྲིམ་པ་གང་སློབ་དཔོན་དུ་མི་བྱེད་ཀྱང་སྦྱིན་  
པ་དེ་ནི་སྦྱི་འི་ཡིན་ཏེ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་གྱི་  
མཆན་ཉིད་སྤར་བ་ཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སློབ་དཔོན་དུ་བྱེད་པར་བྱིན་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ནི་སློབ་དཔོན་གྱི་སྒྲིམ་པ་སྟེ་རིགས་ལྔས་བསྐྱུས་པའོ། །ཞེས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་  
སྒྲིན་དུ་འགོ་བ་ཙན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིམ་པ་ནི་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་  
དང་སློབ་མའི་དབང་ཙམ་དོན་དུ་གཉེར་བ་གཉིས་ཀས་འཛིན་དགོས་པས་སྦྱི་འི་སྒྲིམ་  
པའམ་སྐྱུ་མོང་གི་སྒྲིམ་པ་དང་། ཇི་ལྟར་དུས་གསུམ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཟུང་བའི་  
རིགས་ལྔའི་སྒྲིམ་པ་ནི་སློབ་མའི་དབང་ཙམ་བསྐྱར་བ་ལ་མི་སྟེར་གྱི། སློབ་དཔོན་གྱི་  
དབང་བསྐྱར་བ་ལ་སྟེར་བས་སློབ་དཔོན་གྱི་སྒྲིམ་པའམ་སྐྱུ་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིམ་  
པར་གསུངས་སོ། །ལྷགས་འདི་ནི་དཀྱིལ་ཆོག་དོ་རྗེ་སྤང་བར་ཡང་བཀོད་ལ་སྒྲིམ་  
འབྲུང་གི་བཀའ་འབྲེལ་བསྐྱེད་ཙན་དུ་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་སྤང་སྟེ་ཤིན་  
ཏུ་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་ཙམ་ཞིག་བྱེད་པ་ནི་སྐྱུ་



མོང་ཡིན་མིན་གྱི་སྟོམ་པ་གཉིས་གང་ཡང་མི་འཛིན་པ་སྟེ་དེ་ཡང་མཆམས་མེད་ལ་  
 སོགས་པའི་སྟེག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དང་རྒྱལ་སྲིད་དང་བཟའ་བཏུང་དང་འདོད་ཡོན་  
 ལྷ་ལ་ཆགས་པ་ཆེ་ཞིང་། དམ་གཞག་གི་དམ་ཆོག་སྤང་བ་ལ་མི་དགའ་ལ་སྤར་སྤྱད་  
 བཅོ་བརྒྱད་མི་རྣམས་པ་དང་དགེ་བསྟེན་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་འཛིན་པ་ལ་  
 སྒྲག་ཅིང་ལྟ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་འཛིན་ཆེན་པའི་ལྷའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པར་  
 མོས་པ་ལ་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ཙ་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ནཱ་ས་སོ། །ཀོ་ས་ལའི་རྒྱན་  
 ལས་དེ་ནཱ་ས་ལ་ཡང་སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་མི་འགལ་བས་དེ་བྱས་  
 བས་དགྲིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་ན་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་གསུངས་  
 པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་སྟོན་སེམས་"ཅམ་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་  
 འཛིན་ན་ཐུན་མོང་གི་སྟོམ་པ་བཟུང་བ་ཡིན་པས་སོ། དེས་ན་དེ་དག་ལ་ཐུན་མོང་གི་  
 སྟོམ་པ་འཛིན་པའི་སྐོར་ནཱ་ས་ཀྱང་མི་བྱའོ། །འདི་ནི་སྤང་སྟོམ་མི་རྣམས་ཤིང་སྒྲགས་  
 ལ་ཡང་མོས་པ་ནཱ་ས་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་བག་ཆགས་"བསྐྱོས་ཀྱི་པའི་ཐབས་ཤིན་ཏུ་  
 ལེགས་པ་གཅིག་སྤང་བས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །འདིར་སྟོམ་པ་གཉིས་འཛིན་མི་  
 འཛིན་ནི་བཟུང་བར་ཆད་ངེས་པར་བསྐྱུང་དགོས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ཀྱི། སྤང་སྟོམ་  
 མི་བྱེད་པར་ཆོ་གས་འཛིན་"པ་ཅམ་ཀྱི་གང་མང་ལྟ་བུ་ལ་མིན་པས་ཅི་ཅམ་སྤང་རྣམས་  
 པའི་སྟོམ་པ་འཛིན་པ་དང་སྤྱར་ནས་དབང་ཡང་དེ་ལ་གའ་འཆམ་བསྐྱུར་བར་  
 གསུངས་པའོ། །དེས་ན་རིགས་ལྷའི་སྟོམ་པ་འཕམ་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་སྤངས་ནས་མི་

༡ ཅམ  
 ༢ བསྐྱོད  
 ༣ བཅོས

སྤང་ན་རྗེ་རྗེ་སྤོང་དཔོན་གྱི་དབང་ལྷ་བར་འདོད་ཀྱང་མི་བསྐྱར་པར་གསུངས་ན་དེའི་  
གོང་མ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྤོང་། ལུན་མོང་གི་སྤོང་པ་དེ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་མཆི། སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་བཞགས། །འགྲོ་བའི་དགོ་ལ་རྗེས་  
"ཡི"རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། ཞེས་པའི་ཆོག་གིས་སྤྱོད་བར་  
ལྷན་པའི་གསུངས་པ་ལྟར་ཨ་ཟླ་ཀར་དང་རྣ་རྟེན་ཏ་ལ་སོགས་པ་མང་བོས་  
མཛད་དེ་འདིའི་ཀར་བ་དང་པོ་གསུམ་གྱིས་སྤོན་འགྲོ་བསྐྱར་ལ་བཞི་བས་དཀྱིལ་ཆོག་  
ཡོན་ཏན་ཀྱང་འབྱུང་ནས། སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་འབྱུང་བ་  
ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྤོན་ནོ། །དེ་ཡང་སྤོན་སེམས་ཅམ་ནི་སྤོང་པར་མི་རུང་བས་  
འབྲུག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་སྒྲ་མས་ལེགས་པར་བརྗོད་པ་དགོས་  
སོ། །སྤོང་པ་འདིའི་ཆོག་ནི་རྗེ་རྗེ་གྲུང་ལ་སོགས་པ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་མང་བས་  
ཆོག་འདི་ཆོག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་ལ་སྤྱར་བསྐྱར་པ་འདི་འདྲ་བའི་ཆོག་ཉིད་ཏུ་ས་  
ལེན་པ་ནི་དབང་པོ་ཤིན་ཏུ་ཚོད་བས་དེ་ཅམ་གྱིས་སྤོང་པ་ལེན་ཆུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་  
དབང་དུ་མཛད་པ་སྟེ། ཨ་ཟླ་ཀར་ས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་མཆོག་ལ། །བྱང་  
ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི། ཞེས་པས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་དང་ཕྱིར་མི་  
སྤྲིག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་གྱི་སྐྱབས་ལ་བརྟེན་ནས། བདག་ཉིད་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་ཏེ། འཛིག་རྟེན་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱག་  
བསྐྱེད་ལས་བཏོན་ནས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་སྐྱར་བར་  
བྱུང་། ཞེས་དབང་པོ་རབ་ཀྱི་རབ་མཛོད་བསྐྱེད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤོང་པའི་

རང་བཞིན་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དྲི་ཅེ་ཅེ་མོ་ལས། སྟོག་གཙོད་རྒྱ་དང་འཁྲིག་པ་དང་། །རྩུན་དང་སྟོས་བྱེད་རྣམ་པར་སྤང་། །ཁྲིམ་པའི་སྟོམ་པ་ལ་གནས་ནས། །དེ་ཆེ་རིག་པའི་རྒྱལ་ལོ་བསྐྱབ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་རབ་བྱུང་གྲུང་། །སྟོམ་པ་གསུམ་ལ་ཡང་དག་གནས། །སོ་སོར་ཐར་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས། །རིག་འཛིན་སྟོམ་པ་མཆོག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྐད་སྒྲུབ་པའི་རྟེན་རབ་བྱུང་གིས་སྟོམ་པ་གསུམ་པོ་དང་། །ལྷན་པར་བྱ་བར་གསུངས་ཀྱང་སྐད་སྒྲུབ་པའི་ཁྲིམ་པ་ལ་སྟོམ་པ་གསུམ་མེད་པ་ནི་མིན་ཏེ། དག་བསྟེན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་གནས་དགོས་པར་གསུངས་ལ་སྐད་སྒྲུབ་ཀྱི་སྟོམ་པ་འཛིན་པའི་སྟོན་དུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་འཛིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་སོ་ཐར་གྱི་གཙོ་བོ་རབ་བྱུང་གི་སྟོམ་པ་ཡིན་པས་དེ་མེད་པ་ལ་དགོངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། སྟོམ་པ་གསུམ་ལ་བཀོད་ནས་ནི། །དེ་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་དེ་ཕོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་ནི་སོ་ཐར་གྱི་སྟོན་དུ་བྱང་ན་སྟོམ་པ་གསུམ་ལྷན་དུ་བྱས་ནས་སྐྱབ་དགོས་ལ་ཁྱད་པར་བྱ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་འཛིན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོག་རྣམས་སུ་ཡང་མང་དུ་གསུངས་ཡོད་པ་ལ་ངེ་ལྟར་ཡིན་གྱི་ཐེ་ཆོམ་ཅམ་ཡང་མི་འདུག་ཅིང་རྣམ་གཞག་ཆགས་པ་ཉུང་བར་སྤང་བས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །སྤར་བྱངས་པའི་ཆོགས་བཅད་གཉིས་པོ་དེ་ཅེ་མོ་འགའ་ཞིག་ལ་མི་སྤང་ཡང་འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་དག་སྟེ་སངས་རྒྱས་གསང་བ་ལ་སོགས་པ་མང་པོས་ལུང་དེ་རྒྱ་དེ་ནས་བྱངས་པས་སོ། །སྟོབ་དཔོན་ཀྱང་སྟོང་གིས་ནི་སྟོམ་པ་ཐུན་མོང་བ་འཛིན་ཚུལ་རྣམས་སྟོན་གྱི་

སྐབས་སུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་སྒོམ་བར་ཁས་ལེན་པའི་སྒོ་  
ནས་བསྟན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི། དཀྱིལ་ཚོགས་དོ་རྩེ་སྤང་བ་ལས། སྤང་བ་དང་ཚུལ་  
སོགས་པ་དབང་བྱལ་པོ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་ཁུས་པ་ཉིད་ཏུ་སྒྱུབ་  
པར་བྱེད་པས་རིག་པའི་དབང་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དབང་འདི་རྣམས་བསྐྱར་བའི་སྒོམ་མ་  
བྱ་བ་དང་སྒྲིབ་པའི་རྒྱད་དག་ཉན་པ་དང་བཤད་པ་དང་སྒྲུགས་སྒྱུབ་པ་རྣམས་ལ་  
དབང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་སྒོམ་འབྱུང་གི་བཀའ་འབྲེལ་པར་ཅན་  
ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཤད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཨ་མུའི་བཞེད་པས་རྒྱད་སྟེ་གོང་མ་གཉིས་མ་  
གཏོགས་པའི་འབྱུང་པོ་འདུལ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དོ་རྩེ་སྤང་བར་  
གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་བ་ན་རིགས་ལྡེའི་སྒོམ་གཟུང་གིས་སྒོམ་པ་འཛིན་  
པ་དོར་ནས་སྒོམ་པ་ཐུན་མོང་བ་ཅན་བཟུང་ནས་དབང་བསྐྱར་བས་ཚོགས་སྟེ་སྒོམ་མའི་  
དབང་ཅན་གྱིས་བྱ་སྒྲིབ་ཀྱི་རྒྱད་འཆད་ཉན་དང་སྒྱུབ་པ་ལ་དབང་བར་འགྱུར་པའི་  
ཕྱིར་དང་སྒོམ་དཔོན་གྱི་དབང་མི་བསྐྱར་བ་ལ་དོ་རྩེ་སྒོམ་དཔོན་གྱི་སྒོམ་པ་མི་ལྟར་  
བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒོམ་དཔོན་ལྷ་བ་པའི་དཀྱིལ་ཚོགས་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་  
རིག་པའི་དབང་བསྐྱར་བ་ལྷ་པོ་ཅན་འདོད་ན་ནི་སྤར་བསྟན་པའི་སྒོམ་དཔོན་གྱི་སྒོམ་  
པ་མི་གཟུང་བར་དབང་བསྐྱར་བ་ལྷ་བྱས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རྩེས་སུ་གནང་བ་དང་  
བརྒྱལ་ཞུགས་སྦྱིན་པ་དང་ལུང་བསྟན་པ་དང་དབུགས་དབྱུང་བ་བཞི་སྦྱིན་པར་  
བྱའོ། །ཞེས་སྒོམ་མའི་དབང་ཅན་ལས་མི་བསྐྱར་ན་རིགས་ལྡེའི་སྒོམ་གཟུང་མི་བྱེད་  
པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་སྒོམ་དཔོན་ཀྱན་དགའ་སྟོང་པོ་དང་ལྷ་བ་པ་དང་ལྷ་ཉི་པ་  
དང་ཨ་མུ་ཀ་ར་དང་རྩྭ་རྟེན་ཏ་རྣམས་ཀྱིས་སྒོམ་མའི་དབང་ཅན་ལས་མི་བསྐྱར་བ་

ལ་རིགས་ལཱ་ལྷན་པ་གཟུང་བ་མི་བྱེད་པར་བཞེད་པས་བྱ་སྡོད་རྣམས་ལ་རིགས་  
ལཱ་ལྷན་པ་འཛིན་པ་མི་འཐད་ལ་དེ་མེད་ན་སྐགས་ཀྱི་སྡོམ་པ་བྱུན་མོང་མིན་པ་མེད་  
པས་བྱ་སྡོད་གཉིས་ལ་ནི་བྱུན་མོང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་དང་འགའ་ཞིག་ལ་སོ་  
ཐར་ཡོད་པས་སྡོམ་པ་གཉིས་ལྡན་ནོ། །དག་དབང་གྲགས་པ་དང་སྐྱ་གཅན་འཛིན་  
དཔལ་བཤེས་གཉེན་དང་དགའ་བའི་རྡོ་རྗེ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུ་དབང་སོགས་ལྟ་དང་སྟོབ་  
དཔོན་གྱི་དབང་སྟེ་བྱུག་པོ་རྣམས་བྱ་རྒྱུ་རྣམས་སུ་ཡང་མི་འགལ་བར་གསུངས་པའི་  
སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་ནི། དེ་དག་གིས་རིག་པའི་དབང་ལཱ་མཁུག་ཏུ་ཡང་རྗེས་གནང་  
དང་རྡོ་རྗེའི་བརྟུལ་ཁྲུགས་དང་ལུང་བསྟན་དང་དབྱུགས་དབྱུང་བཞི་བྱེད་པའི་ཚུལ་  
གསུངས་ལ། རྣམ་སྒྲུབ་མཛོན་བྱང་ལས་འཁོར་ལོ་དང་དྲུང་བྱིན་ནས་ཆོས་བཤད་པའི་  
རྗེས་གནང་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་པར་སྟོབ་དཔོན་  
སངས་རྒྱས་གསང་བས་གསུངས་ཤིང་གསང་བ་སྤྱི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། དེ་ནས་འདི་  
རྟེན་བསྟོམས་པར་བྱ། །ད་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་སྟོབ་དཔོན་གྱུར། །གསང་སྐགས་རྒྱུད་ཀྱང་  
འཛིན་པར་འགྱུར། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་དང་། །ལྟ་རྣམས་ཀྱང་ནི་  
ཀུན་གྱིས་བཀུར། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོང་བཅེའི་ཕྱིར། །ཁྲོད་ཀྱིས་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཆོ་ག་བཞིན། །ནན་ཏན་བསྐྱེད་དེ་བྲི་པར་བྱ། །སྐྱབ་པ་པོ་ཡང་རྒྱུད་ལ་སྡོར། །ཞེས་  
དཀྱིལ་འཁོར་བྲི་བཤད་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་གནང་བ་བྱིན་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟོབ་  
དཔོན་དུ་འགྱུར་པར་གསུངས་པ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ཀྱི་དཀྱིལ་  
འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་དེ་རིགས་གསུམ་གའི་རྡོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་དུ་འགྱུར་བར་  
གསུངས་པས། བྱ་སྡོད་རང་རང་གི་སྟོབ་དཔོན་དུ་བྱེད་པའི་དབང་ལ་དགོངས་

སོ། །ཨ་མུ་ཀ་ར་དང་རྒྱ་རྒྱུ་ཉམ་གྱང་སློབ་མའི་དབང་ཅམ་ལས་མི་བསྐྱར་བ་ལ་  
 ཡང་མཐའ་ཉེན་སྲུང་ལྷན་གྱིད་པ་དང་དབང་དེ་ཅམ་གྱིས་བྱ་སློང་གི་རྒྱུད་འཆད་ཉན་  
 དང་སྲགས་སྐྱབ་པ་ལ་དབང་ངོ་ཞེས་རྒྱུད་གཉིས་ཀ་ལ་སྤྱིར་གསུངས་ཀྱི་བྱ་སློང་  
 གཉིས་སོ་སོར་དབང་གི་ཁྱད་པར་མ་མཛད་དོ། །ཡེ་ཤེས་ཐེག་ལའི་རྒྱུད་གི་ལེ་ལུ་  
 བཅུ་གཉིས་པ་ལས། རྒྱུད་གསུམ་གྱི་ནི་རིམ་པ་ཡིས། །དབང་བྱག་དབྱེ་བ་བསྟན་  
 པའོ། །ཚུ་ཡི་དབང་བསྐྱར་དབྱ་རྒྱན་དག། བྱ་བའི་རྒྱུད་ལས་རབ་ཏུ་གྲགས། །དོ་རྩེ་  
 བེལ་བྱ་དེ་བཞིན་མིང་། །སློང་པའི་རྒྱུད་ལས་རབ་ཏུ་གསལ། །ཕྱིར་མི་སྟོག་པ་ཡི་ནི་  
 དབང་། །རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཏུ་གསལ་བར་བྱས། །དེ་ནི་བྱག་གི་བྱེ་བྲག་དབང་། །དེ་  
 བོ་སློབ་དཔོན་དབང་ཞེས་བྱ། ཞེས་བྱ་སློང་ལ་དབང་མང་ཉུང་གསུངས་ལ་དོ་རྩེ་སློབ་  
 དཔོན་གྱི་དབང་མེད་པར་གསུངས་པའི་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་ནི་རིགས་ལྔའི་  
 སློམ་པ་བཟུང་བ་ལ་བསྐྱར་བའི་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་ཡིན་གྱི་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་  
 ཅམ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་པའི་དབང་མིན་ལོ། །དེ་ནི་བྱག་གི་ཞེས་པའི་དོན་ལ་མཁས་པ་ཁ་  
 ཅིག་འགྲེལ་བས་སྲ་མ་ལྔ་དང་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་དང་བྱག་ལ་བཞད་པ་མིན་གྱི་  
 ཕྱིར་མི་སྟོག་པའི་དབང་གསང་དབང་རྩེས་གནང་ལུང་བསྟན་དབྱགས་དབྱང་  
 གཟེངས་བསྟོད་དེ་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་རང་ལ་བྱག་ཏུ་བྱས་ནས་སྲ་མ་ལྔ་དང་བཅུ་  
 གཅིག་དབང་གོང་མ་གསུམ་དང་བཅུ་བཞི་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། བདུན་གཉིས་བྱེ་  
 བྲག་ཏུ་ནི་ཡོད། ཅས་ཆུ་ནས་དབང་བཞི་པའི་བར་ལ་བཅུ་བཞིར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེས་ན་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་དང་དོ་རྩེ་སློབ་མའི་  
 དབང་གཉིས་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུད་ལྡེ་གོང་མ་གཉིས་ལ་ཡོད་ཀྱི། འོག་མ་ལ་ནི་གོང་མའི་དོ་

རྗེ་སྟོབ་མའི་དབང་དུ་བྱུགས་པའི་ཚུ་དབང་ལ་སོགས་པ་མཐའ་ཉེན་དང་བཅས་པ་  
ལས་མ་གཏོགས་པའི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་བྱུང་བ་མེད་ལ་དེ་ཉིད་ལ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་  
དབང་ཡང་འདུས་སོ། །འོན་ཀྱང་མིང་འདྲ་བ་ཡིན་གྱི་དོན་ནི་རྒྱུད་སྡེ་གོང་མ་གཉིས་  
ཀྱང་ཚུ་དབང་ལ་སོགས་པ་མི་འདྲ་ན་འོག་མ་ནི་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེའི་ཕྱིར་བརྒྱ་ལྷགས་  
ཀྱས་གདུགས་དཀར་གྱི་དཀྱིལ་ཆོག་ཏུ་རིགས་ལྡེའི་སྟོམ་གཟུང་བྱས་ནས་རང་  
ལྷགས་ལ་ཚུ་ཅད་པན་དོ་རྗེ་དེའི་བྱ་བཞི་སྟེ་མེད་དང་འདྲ་བུང་ཅིག་བསྐྱར་ནས་མིང་  
དང་ཕྱིར་མི་སྟོག་གི་དབང་བསྐྱར་བ་ཡང་ཡོད་ཅེས་གཞན་ལྷགས་བཀོད་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་དོ་རྗེ་གོ་ཆ་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་རིགས་ལྡེའི་སྟོམ་བ་འཛིན་པ་  
སོགས་བཤད་པ་ནི་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་དང་འགའ་བས་བྱ་སྟོད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་  
དང་ཆོ་ག་མཛད་པའི་མཁས་པ་གཞན་པལ་མོ་ཆེས་རིགས་ལྡེའི་སྟོམ་བ་འཛིན་པ་  
མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འཛིན་བར་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདོད་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱ་སྟོད་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་ཐུན་མོང་མིན་པའི་དམ་ཆོག་མང་པོ་  
སྤང་ནའང་བཅས་པ་དང་འགའ་ན་ཅ་ལྟར་སྟེད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོམ་བ་ནི་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྟོམ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་སྟོམ་བ་དེའི་ཅ་ལྟར་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ་  
བསྐྱར་ངོ། །དེ་ལྟ་མིན་པར་རིགས་ལྡེའི་སྟོམ་གཟུང་གིས་སྟོམ་བ་འཛིན་པར་འདོད་ན་  
ནི་དབང་ཡང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་མན་ཆད་བསྐྱར་དགོས་ལ་ཅ་ལྟར་ཡང་བཅུ་བཞི་  
ཡོད་དགོས་ཏེ་སྟོམ་བ་དེ་བསྐྱག་པའི་སྐབས་སུ་ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི་བསྐྱགས་པའི་ཕྱིར་  
ངོ། །གང་ཡང་དམ་ཆོག་བསྐྱས་པ་ལས། དེ་ལ་རྒྱུང་བའི་ཐུན་མོང་གི་ཅ་བའི་ལྟར་  
བ་བཞི་དང་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཅ་བའི་ལྟར་བ་བཅུ་གཉིས་དང་གི་ཡའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཅ་བའི་

ལྷུང་བ་སྤུམ་ཅུ་དང་སྟོད་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་དང་རྣལ་འབྱོར་རྒྱད་ཀྱི་  
ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་དང་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྒྱད་ཀྱི་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་  
དང་ཡང་ལྷ་དང་ཡང་བཞི་སྟེ་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བདུན་ཅུ་ཐམས་པའོ། །ཞེས་འབྲུང་བ་ལ་ནི་  
ཡིད་བརྟན་མི་སྤང་སྟེ། དེ་དག་ལ་གོ་བདུན་འདུག་པ་ལ་བདུན་ཅུ་ཐམས་པར་བྱས་པས་  
གངས་ཅམ་ལ་ཡང་འབྲུལ་འདུག་པ་དང་སྤྱི་མའི་དམ་ཆོག་ཉམས་ན་དགྱིལ་འཁོར་དུ་  
འབྱུག་ལ་སྤྱན་གྱི་དམ་ཆོག་ཉམས་ན་དབང་མི་དགོས་པར་བསྐྱང་ཐབས་བཤད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །འདི་འདོད་པ་གཞན་ཡང་སྤང་སྟེ་འོག་དུ་འགོག་གོ། །ཡང་དེའི་དཔེ་ཁ་ཅིག་  
ལས། བྱ་རྒྱད་ལ་ཅ་ལྷུང་བཅུ་གསུམ་ཞེས་ཀྱང་འབྲུང་མོད། དེ་ལྷུང་བྱས་ཀྱང་གངས་  
འགྲིག་པར་མི་སྤང་རོ། །རྩོ་བོ་ཆེན་པོ་འདས་ཟེས་སུ་ནག་པོ་དམ་ཆོག་རྩོ་རྩོ་བོད་དུ་  
བྱོན་ནས་ལོ་རྒྱུ་བ་ནག་ཆོ་དང་གཉིས་ཀྱིས་མང་དུ་བསྐྱར་བ་ཡོད་ལ་འདི་ན་བདག་གི་  
སྤྱི་མ་རྩོ་བཅུ་དམ་ཆོག་རྩོ་རྩོའི་ཞལ་ནས་ནི་ཞེས་ཟེར་བ་སྤྱད་བས་པལ་ཆེར་སྤྱི་མ་  
དེའི་གསུང་བཀོས་འབྲ་དང་པར་བསྟེ་རྒྱུ་བསྟེ་བྱས་པ་ཞིག་དུ་མངོན་ནོ། །དེས་ན་  
འདི་རྩོ་བོ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་མིན་ནོ། །མཁས་པ་ཁ་ཅིག་འདིས་བསྟན་པའི་ཅ་ལྷུང་  
ལ་ཆད་མར་བྱས་ནས་སྟོད་རྒྱད་ཀྱི་ཅ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་ལ་རྣམ་སྤང་མངོན་བྱང་ནས་ཅ་  
ལྷུང་དུ་གསུངས་པ་བཞི་དང་ཡང་དེར་མི་དགེ་བ་བཅུས་སྟོམ་པ་ཉམས་ཤིང་ཅ་བ་  
ནས་ཆད་པར་བཤད་པ་རྣམས་ཡིན་གསུང་བ་ནི་མི་འཐད་དེ་རྣམ་སྤང་མངོན་བྱང་  
ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རྣམས་ལ་དགེ་བ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་  
ལམ་འདི་རྣམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཉམས་པ་དང་ཤིན་ཏུ་ཅ་བ་ནས་ཆད་པར་འབྱུར་བ་དང་།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྒྱལ་སྤྱི་དབང་རྒྱག་དང་བྱིས་པ་དང་



བྱ་དང་བྱ་མོ་དང་ཉེ་བྱ་དང་སྐྱབས་གི་གཉེན་མཆམས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་  
ཞིང་ལྷ་དང་མིའི་བདེ་བ་མྱོང་བར་བགྱིད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་ལྟར་བར་མི་འགྱུར་བ་བཤད་བྱ་  
གསོལ། ཞེས་དགེ་བཅུའི་སྒྲོམ་པ་ཉམས་པ་དང་རྩ་བ་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་པའི་རྒྱ་  
ཁྲིམ་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྒྱལ་སྲིད་ལ་སྦྱོད་ཀྱང་ལྟར་བར་མི་འགྱུར་བའི་  
ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞུས་པས་མི་དགེ་བ་བཅུ་ཞེས་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་  
འབྲེལ་པར་ཡང་། དེ་ལ་དགེ་བཅུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་འདི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཉམས་པ་དང་  
ཞེས་པ་ནི་ཁྲིམས་ལུང་སྒྲོམ་པ་མཐོས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དགེ་བ་བཅུའི་  
ལས་ཀྱི་ལམ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཇི་ཅམ་གྱིས་མེད་པར་འགྱུར་ཞེས་པ་དེ་བཤད་བྱ་  
གསོལ་ཞེས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་ལན་བྱ་དེ་ཉིད་ལས། གསང་བ་  
པའི་བདག་པོ་དེའི་ཕྱིར་ཉོན་ལ་ལེགས་པར་རབ་ཏུ་ཡིད་ལ་བྱུངས་ཤིག་དང་། བྱང་  
རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་འདུལ་བའི་ལྟར་བ་རྣམ་པར་དེས་པ་ལ་མཁས་པ་བཤད་  
དོ། །གསང་བ་པའི་བདག་པོ་དེ་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཉེ།  
གཉིས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་ཁྲིམ་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔའ་ཁྲིམ་པ་ནི་ཁྲིམ་ན་གནས་ཤིང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྷ་བཟུང་སྟེ། ཐབས་དང་ཚུལ་  
སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྲིད་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །གསང་བ་པའི་བདག་པོ་དེ་ལ་བྱང་རྒྱུ་  
སེམས་དཔའ་ཡུལ་དང་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐབས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཐོབ་པར་འདོད་  
པ་ནི་འདི་ལྟར་ཐབས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཟེན་པར་སྦྱ་དང་རོལ་མོ་དང་མིག་འཕྲུལ་ལ་  
སོགས་པའི་བཟོ་གནས་རྣམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་སྟོན་ཅིང་ཐབས་དང་ཚུལ་དེ་དང་དེ་དག་  
གིས་བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་བཞིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྦྱུད་དོ། །དེ་ཡང་ལྷན་

མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་སྟོག་གཙོད་པ་  
 དང་མ་བྱེན་པར་ལེན་པ་དང་འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་བརྟུན་ཏུ་སྤྲོ་བ་དང་  
 ལོག་པར་ལྟ་བ་རབ་ཏུ་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱིས་པས་བསྐྱབ་  
 པའི་གཞི་དེ་ལྟ་བུར་ནས་བསྐྱབ་པ་རི་སྐད་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་སྟོབ་ཅིང་དད་པས་  
 སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་པས་ནི་དེ་  
 བ་ལོག་མའི་ལན་མཛད་ལ་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཚུལ་བྱིས་པས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་སྟོན་མེད་པ་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་བསྐྱགས་པ་ལ་གནས་ཏེ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཚུལ་བྱིས་པས་ལ་ཐབས་  
 དང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པར་སྟོན་ཅིང་ལྟོང་བའི་རྩ་བ་བཞི་ནི་སྟོག་གི་ཕྱིར་  
 ཡང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མི་བྱའོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། དམ་པའི་ཆོས་སྟོང་བ་དང་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཏོང་བ་དང་སེར་སྣ་བྱེད་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་  
 པའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་དག་ནི་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཏུ་མི་ལྟན་པ་དང་རང་  
 བཞིན་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཏེ་སྤང་། །གསོར་ཀྱི་མི་རྒྱུད་བའོ། །ཞེས་པས་ནི་དེ་བ་  
 དང་པོའི་ལན་བསྟན་ནོ། །འདིར་རབ་བྱུང་གི་བསྐྱབ་པ་མ་གསུངས་པར་བྱིས་པའི་  
 བསྐྱབ་པ་བཤད་པ་ནི་རྟེན་དེ་གཉིས་ཀའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་པ་གཙོད་པའི་རྩ་ལྟར་  
 ནི་འབྲུག་པས་བྱིས་པ་ལ་བཤད་པས་གོ་བྱས་ལ་སོ་ཐར་གྱི་རྩ་ལྟར་འདིར་བསྟན་མི་  
 དགོས་ཤིང་དེ་བ་ལོག་མས་བྱིས་པ་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བྱེ་ནས་དེས་པའི་ལན་བསྟན་  
 དགོས་པས་སོ། །འདིའི་རྩ་ལྟར་ཐ་མ་གཉིས་ནི་བྱང་སེམས་ལས་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དང་  
 པོ་ནི་ནམ་སྟོང་གི་མདོ་དང་། གཉིས་པ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ་ནས་རྩ་ལྟར་ཏུ་

གསུངས་པས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་རྩ་ལྷུང་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ནི་རྒྱས་པར་  
བདག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེ་ལུའི་རྣམ་བཤད་དུ་གཏན་ལ་བབ་པས་དེར་བལྟོལ། དགོ་  
བཅུའི་སྒྲོམ་ཀྱི་པ་ཉམས་པ་དང་རྩ་བ་ནས་འཆད་པ་གཉིས་ཞུས་པའི་དང་པོ་ནི་ཁྲིམས་  
ལྷ་གཞན་ལས་མཐོས་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི་གཞན་ལས་ཁྲིམས་ལྷ་མ་མཐོས་པར་རང་  
གིས་ཡི་དམ་བཅས་ནས་སྤང་བའི་བྱང་སེམས་ཁྲིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པར་འགྲེལ་  
བ་ལས་བཤད་དེ། ལྷ་མ་ཡིན་ན་རྩ་ལྷུང་བཞིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་དགོ་བཅུའི་སྒྲོམ་པ་  
ཉམས་ཀྱང་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ཡོད་ལ། ལྷེ་མ་ཡིན་ན་སྒྲོམ་པ་གཉིས་གང་ཡང་མེད་  
པས་རྩ་བ་ནས་ཆད་པ་ཞེས་གསུངས་པར་དགོངས་སོ། ། དེས་ན་གཞུང་ཁ་ཅིག་  
ལས་རྩ་བ་ནས་ཆད་པར་མི་འབྱུང་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་མ་དག་གོ། དམ་ཆོས་སྤོང་བ་ནི་  
ཆོས་དང་ཆོས་སྤྲོ་བ་ལ་དབང་ཅ་ཞིང་སྤྱར་པ་འདེབས་ལ་ལོག་པར་ལྟ་བ་དང་། ཉིན་རེ་  
ཞིང་ཆོས་ཉན་སེམས་སྒྲོམ་འདི་ཀྱོག་མཆོད་པ་སོགས་གང་རུང་གཅིག་མ་བྱས་  
པའོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཏོང་བ་ནི་སྒྲོན་པ་དང་འཇུག་པའི་སེམས་སྤོང་ཉིད་སྒྲོམ་  
པ་གཏོང་པའོ། །སེར་སྒྲ་ནི་ཆོས་དང་ཞོར་བདག་ལ་ཡོད་ལ་གཞན་ལ་སྤྱིན་རིགས་པ་  
ལ་མི་སྤྱིན་པའོ། །སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་ནི་སྒྲོ་གསུམ་གྱིས་སེམས་ཅན་ལ་འབྲལ་  
དང་ཡུན་གྱི་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་འགྲེལ་པས་བཤད་པ་ནི་སྤྱིའི་དབང་དུ་མཇད་པ་ཡིན་  
ལ། རྩ་ལྷུང་དུ་འབྱུང་ཚུལ་ནི་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྤང་གསོར་མི་རུང་བ་ནི་  
སྒྲོམ་པ་བཏང་བ་སྤང་བྱེད་པ་མི་རུང་བ་མིན་གྱིས། ལྷ་མ་གསུམ་དང་ཞེ་སྤང་གིས་  
ཀུན་ནས་བསྤངས་པའི་གཞོད་པ་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་ཏེ་གནང་བ་མང་བའི་

༡ སྒྲོམ་

༢ དེས་

རང་བཞིན་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་པའི་དོན་ནོ། །འདི་དག་གི་སྒྲོམ་པ་འཛིན་ཚུལ་  
ཡང་རྣམ་སྤང་མཛོན་བྱང་ལས་དུས་གསུམ་དུ་སྐྱིབ་པ་མེད་པའི་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་ན་  
སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་མཉེས་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲོམ་པ་གང་ཡིན་ཞུས་པའི་  
ལན་དུ་དེ་ནི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ལ་རང་གི་ལུས་གཏོང་བ་སྟེ་དེ་བཟང་བས་ལུས་ངག་  
ཡིད་གསུམ་བཟང་བས་ན་བྱང་སེམས་ཀྱིས་རང་གི་སྒྲོ་གསུམ་བསྐྱམ་པར་  
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ལ་རང་ཉིད་ལུས་བཞུགས་  
ལ་དབང་མེད་ཀྱི་དེ་དག་དབང་ལ་དེ་དག་གི་ལུགས་ནི་ཉེས་སྟོང་ལ་མི་འཇུག་བཡིན་  
པས་དེས་ན་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། སྐྱིབ་པ་མེད་པའི་སྒྲོམ་པ་ཡང་མི་དགེ་  
བ་བཅུ་སྟོང་བའི་སྒྲོམ་པ་ལ་འགྲེལ་པས་བཤད་དོ། །གཞུང་གཞན་དུ་དེ་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་སུ་གསུངས་པས་དེས་མཆོན་ནས་དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་སོགས་གསུམ་གྱི་  
“སྒྲོམ”པ་ལེན་པའོ། །བདག་ལུལ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོམ་པ་འཛིན་པའི་ཆོག་གསལ་བར་  
ནི་དམ་ཆོག་གསུམ་བཞེད་ལས། དེ་ལ་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་སྤང་བ་ནི་སངས་རྒྱས་  
དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་ཆེ་གི་  
མོ་ཞེས་བགྱི་བ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བདག་འབྲུལ་  
གྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་བདག་ལ་རབ་ཏུ་གཟུང་དུ་གསོལ། སངས་  
རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྐྱོབ་པར་  
མཇོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ལས་ཐམས་ཅད་བྱུང་བར་

བྱ་བའི་ཕྱིར་དམ་ཆེན་ཆོ་བ་དག་ལ་སྦྱུང་བྱ་གསོལ། ཞེས་དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་གྱི་  
བར་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་དེའི་ལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པའི་དུས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་འཛིན་  
པའི་སྐབས་སུ་གསུངས་སོ། །སྦྱ་བའི་འབྲེལ་པར་ཀུན་སྙིང་གིས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་  
བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། ཞེས་བསྟན་པ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་  
ལ་དེས་ན་བདག་དབུལ་བ་བྱས་པ་ཡིན་པས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་གསུངས་པར་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །གང་གིས་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེས་ནི་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་  
བཏང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། གསང་བ་སྦྱི་རྒྱུད་ལས་  
ཀྱང་། དེ་ཡི་རུབ་མོ་ཅི་རུས་པར། །དེ་བཞིན་སྒྲོམ་པ་འཛིན་དུ་གཞུག། ཅེས་  
གསུངས་ནས། དང་པོ་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་བཏང་། །དེ་ནས་ཆ་མས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས། །མ་བསྐྱེད་པ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། །བསྐྱེད་པ་དག་ཀྱང་བྲག་པར་བྱ། ཞེས་  
གསུངས་ཤིང་ཆོགས་བཅད་ཕྱི་མ་འདི་བཞི་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པར་བཀོད་པའི་འབྲེལ་པར་  
ཤུ་ཉེ་པས་སྟུན་མོང་གི་སྒྲོམ་པ་འཛིན་པའི་ཆོགས་འཛིན་པར་གསུངས་པ་དང་འཇམ་  
དཔལ་ཅ་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། ཆོས་གསུམ་དང་ལྷན་ན་སྒྲགས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ཡོགས་སུ་  
རྫོགས་པར་འགྱུར་ཏེ་གསུམ་པོ་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་མི་  
གཏོང་བ་ཉིད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་བསྐྱང་བ་དང་རང་  
གི་སྒྲགས་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་བྱ་སྦྱོང་གི་རྒྱུད་ནཱ་ས་  
ཀྱི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་སྒྲོམ་པ་འཛིན་པའི་ཆོག་ནཱ་ས་ནི་འཇུག་སྒྲོམ་འཛིན་པ་ཁོ་  
ནར་སྤང་བས་རིགས་ལྔའི་སྒྲོམ་པ་མིན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་འཛིན་པ་ལ་

༡ སྒྲོམ་

༢ སྒྲོམ་ །འོག་གི་སྒྲོམ་མང་ཆེ་བར་སྒྲོམ་གྱིས་འདུག །སྒྲོམ་གྱིས་ཡོད་པའི་སྒྲོམ་ནཱ་ས་ཀྱི་གོང་དུ་མཆོམས་རྟགས་སྤར་ཡོད། ་།

གདོན་མི་ཟ་བར་གོ་བར་བྱའོ། །དེ་ན་མདོར་བྱས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་རིན་ཐེང་ཤུ་རྩེ་བས་  
 མཛད་ཟེར་བ་ལས་རིགས་ལྗེ་འི་“སྒྲོམ་གཟུང་ནི་སྒྲོབ་མའི་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་སྒྲོབ་  
 མའི་“སྒྲོམ་པ་འཛིན་པར་བྱས་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་སྒྲོམ་པ་འཛིན་པའི་ཆོག་ཟུར་པ་  
 བཤད་པ་ནི་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་དང་འགལ་བས་ཡིད་བརྟན་པར་མི་བྱའོ། །ད་ལྟ་  
 སྒྲོད་རྒྱད་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་མང་པོ་མི་སྣང་ཡང་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་མང་པོ་བསྐྱར་བར་  
 སྣང་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲོམ་པ་རྩེ་ལྟར་འཛིན་དང་ཅ་ལྟར་གང་སྣང་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་  
 རྒྱ་ཁ་ཕྱོགས་པ་ཉུང་བས་སྒྲོམ་པ་ཐོབ་མ་ཐོབ་དང་། ཐོབ་པ་རྣམས་ཤོར་མ་ཤོར་གྱི་  
 སྣང་མཆམས་མི་ཐེན་པར་མཐོང་ནས་གལ་ཏེ་གང་ཟག་དཔེ་པ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་  
 སྒྲོམ་པ་ལ་གཅེས་སྤྲོས་སུ་བྱེད་པ་རེ་རེ་ཅམ་བྱུང་ན་དེ་དག་གི་དོན་དུ་བསམས་ནས་  
 བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་སྒྲོམ་པ་གང་ཡང་མི་སྣང་ན་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་  
 ཅམ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དབང་ཡན་ཆད་ཡེ་མི་བསྐྱར་བ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་  
 རྒྱངས་ནས་བསྐྱང་ཡང་རིགས་ལྗེ་འི་སྒྲོམ་པ་རྒྱངས་ཏེ་མི་བསྐྱང་ན་རྒྱ་དབང་སོགས་  
 བསྐྱར་གྱི། རྩོམ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དབང་ལ་སོགས་པ་ཡན་ཆད་བྱར་མི་རུང་སྟེ། བྱར་  
 ཀྱི་ལེའུ་བཙུ་ལྷ་པ་ལས། དང་པོར་རྒྱ་ཡི་དབང་ཡིན་ཏེ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་ཅོད་བན་  
 དབང་། །གསུམ་པ་ནི་རྩེ་འཛིན་དབང་གིས་སོ། །བཞི་པ་རང་གི་བདག་པོ་ཡིན། །ལྷ་པ་ལ་  
 ནི་མིང་དབང་བསྐྱར། །ལྷག་པ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །བྱམ་པའི་དབང་ནི་  
 བདུན་པ་སྟེ། །བརྒྱད་པ་གསང་བའི་དབང་ཡིན་ནོ། །དབྱུ་པ་ཤེས་རབ་དབང་བསྐྱར་  
 ཏེ། །དེ་ཉིད་རྩོམ་སྒྲོབ་པ་ཡིས། །ཐམས་ཅད་རྩོམ་སྒྲོབ་ལྷགས་སྒྲིབ། །རང་ཉིད་  
 སྒྲོན་པ་ལུང་སྒྲོན་ཏེ། །འདི་དག་དབང་ཆོག་རིམ་བཤོ། །ཞེས་དཀྱིལ་ཆོག་རྩོམ་སྒྲོབ་

བར་བྲངས་པ་ལྟར་དབང་གི་གོ་རིམས་ངེས་པར་གསུངས་སོ། །སྟོམ་པ་བཟུང་མ་  
བཟུང་ལ་དབང་བསྐྱར་མི་བསྐྱར་གྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །།

གཉིས་པ་ཁས་སྒྲངས་པའི་“སྟོམ་པ་དང་འགལ་བའི་ལྷུང་བ་གཏན་ལ་དབབ་  
པ་ལ་གསུམ། གང་གི་རྒྱད་ལ་ལྷུང་བ་སྐྱེད་པའི་རྟེན་ངོས་གཟུང་བ། རྟེན་དེ་ལ་བཅས་  
པའི་ལྷུང་བའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གསང་  
སྐགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་“སྟོམ་པ་ཐོབ་ནས་མ་བཏང་བ་བསམ་པ་རང་བཞིན་  
ཏུ་གནས་པ་སྟེ་བྱད་པར་གཉིས་དང་ལྷན་པ་དགོས་ཏེ། སྟོམ་པ་དང་མི་ལྷན་ན་དེ་ལ་  
རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་སྦྱོད་བསྐྱེད་ཀྱང་བཅས་པ་དང་འགལ་བའི་ལྷུང་བ་  
མི་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྦྱོ་བ་སོགས་ཀྱིས་བྲན་པ་རྣལ་ཏུ་མི་གནས་ན་ལྷུང་བ་མི་སྐྱེད་  
པར་བྱང་ས་ལས་བྱང་སེམས་ཀྱི་“སྟོམ་པའི་སྐྱབས་སུ་གསུངས་པ་འདི་ལའང་འབྲ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་རྟོ་རྟེ་སྟངས་ལས། རྟོ་རྟེ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་པ་དང་ལྷན་པ་  
འདིའི་ལྷུང་བ་ནི་ངེས་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་དང་སྟོམ་པའི་ལྷུང་བའོ། །ཞེས་  
ངེས་སམ་སྟེ་ཆོན་གཉིས་སུ་མཛད་པ་ལེགས་ཏེ་དུས་འཁོར་ཅ་འབྲེལ་དང་སྟོམ་  
འབྱུང་དང་རྟོ་རྟེ་ཅ་མོ་རྣམས་སུ་དེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་འདོགས་ལས་གཞན་མ་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ལ་གཉིས། གླ་མེད་གཞན་གྱི་ལྷུང་བ་བཤད་པ་དང་དུས་  
འཁོར་ནས་འབྱུང་བའི་ལྷུང་བ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བའི་ལྷུང་བ་དང་།  
སྟོམ་པའི་ལྷུང་བ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོན་གྱི་དོན་དང་། གཞུང་གི་དོན་  
ལོ། །དང་པོ་ནི། རྟོ་རྟེ་སྟངས་པའི་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྟོ་རྟེ་སྟངས་པ་ནི་  
གསང་འདུས་ཀྱི་ལུ་བཙུ་བ་ལས། རྟོ་རྟེ་སྟངས་པ་སྒྲ་ན་མེད། ཅེས་པའི་འབྲེལ་

པར་ལྷན་བས། རྫོང་འཛིན་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མ་ལུས་པ་བསྐྱུས་པ་ནི་  
པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་བསྐྱུས་པ་ནི། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཡིན་  
ཞིང་དེ་དག་གྲང་བསྐྱུས་པ་རོ་གཅིག་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྫོ་  
རྩེ་སེམས་དཔའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ནི་རྫོ་རྩེ་ཡིན་ནོ། རྫོ་རྩེ་ཡང་དེ་ཡིན་ལ་  
ཐེག་པ་ཡང་ཡིན་པས་ན་རྫོ་རྩེ་ཐེག་པ་སྟེ་སྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དབྱེར་མེད་པར་སྦྱོར་བ་འདི་རྫོ་རྩེ་  
སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་ནི་རྫོ་རྩེ་སྟེ་ཐེག་པ་ཡང་དེ་ལོ། །དེ་ལ་འདིས་འགྲོ་བ་རྒྱུ་འཛིན་ཐེག་  
པ་དང་འདིར་འགྲོ་བ་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་གཉིས་སོ། །ཐེག་པ་དེས་འགྲོ་བའི་སྲགས་ཀྱི་  
སྟོམ་ལྡན་རྣམས་ལ་བཅས་པའི་བཅས་པ་དང་འགལ་བའི་ལས་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་ནི་གནས་  
འོག་མར་འཁྲིད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་གོང་མ་སྦྱེ་བ་ལ་སྦྱིབ་པས་ན་ལྟར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
ཅ་བའི་ཞེས་བྱུང་པར་སྦྱར་བ་ནི་ལྟར་བ་གང་གིས་གོས་ན་སྟོམ་པ་གཅོད་པ་སྟེ་ལྟར་  
བའི་མཐར་ཐུག་གོས་ཡིན་གྱི། བསྐྱུངས་ན་དངོས་བྱུང་དང་མ་བསྐྱུངས་ན་སྐྱུག་  
བསྐྱུལ་གྱི་ཅ་བ་ཞེས་མི་བྱ་སྟེ། རྣམ་སྒྲུང་མདོན་བྱུང་དང་ནམ་སྟོང་གི་མདོར་ལྟར་བའི་  
ཅ་བ་ཞེས་གྲང་བསྐྱུར་བས་ཅ་བ་ནི་སྒྲུངས་བྱ་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་བྱིར་དང་བསྐྱུངས་  
པ་དངོས་བྱུང་གྱི་ཅ་བར་སོང་བས་ལྟར་བ་ཅ་བར་འགྲོ་མི་དགོས་པའི་བྱིར་  
རོ། །གཞན་ཡང་ཅ་ལྟར་གི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་ལས། ཡང་ན་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཅ་བ་ཉམས་  
ན་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་མཐོང་བ་ནི་ལྟར་བའོ། །ཞེས་བཤད་པ་ནི་དོན་མིན་ཏེ་  
ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཅ་བ་དང་ཅ་ལྟར་གི་ཅ་བ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འོང་“དོན”མེད་པའི་བྱིར་



དོ། །གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ། བཤད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ། བཤད་པ་  
ཉིད་ཉེ་བར་དགོད་པ། བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོད་  
པར་བརྗོད་པ་དང་། བརྩམས་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །དང་པོ་ནི། གུན་ནས་དང་བས་སྒྲ་  
མ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་པར་རབ་བཏུང་དེ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། བཏུང་ཅེས་བྱའོ། །གང་  
ལ་ན། ཚུམ་པ་པོ་རང་གི་སྒྲ་མའི་ཞབས་ཉིད་པར་རབ་བཏུང་པ་དེར་བཏུང་བ་སྟེ་སྒྲིའི་  
ཆའི་དམའ་ཤོས་བཟུང་བས་ཤིན་ཏུ་གྲུས་པར་སྟོན་པའོ། །ཚུལ་རྗེ་ལྟར་ན། གུན་ནས་  
སྟོ་ཐམས་ཅད་ནས་དང་བའི་དད་པས་གུན་ནས་བསྐྱངས་ནས་རབ་ཏུ་བཏུང་བའོ། །དེ་  
ལྟར་མཛད་པའི་དགོས་པ་ནི་དམ་པ་རྣམས་བྱ་བ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པའི་ཐོག་མར་  
ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བྱག་དང་མཆོད་པ་མཛད་པས་དེ་དག་གི་སྦྱོར་པ་དང་མཐུན་  
པར་བྱ་བ་དང་ཚུམ་པའི་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུའོ། །དེས་ནི་ཚུམ་པར་  
མ་ཐད་ཆོས་ལྡན་གྱི་བྱ་བ་སྒྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མར་སྒྲུབས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་  
གྲུས་པས་མཆོད་པ་སོགས་བྱ་དགོས་པ་མཆོན་པར་སྒྲ་མ་དམ་པ་གོང་མ་མང་པོ་  
གསུང་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཅ་བའི་ལྷང་བ་བཅུ་བཞི་ནི། རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་བཤད་  
པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་“ཏེ”། བཤད་པར་བྱའོ། །གང་ན་ཅ་བའི་ལྷང་བ་བཅུ་བཞི་པོ་  
ནིའོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་འཆད་པ་དེ་རང་གི་སྒྲོས་བཀོད་པ་ཅམ་ཡིན་ན་ཡིད་ཆེས་  
ཀྱི་གནས་སུ་མི་རུང་ངོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ། རྒྱན་ཆགས་པས་ན་རྒྱུད་དེ་དེ་ལ་རྫོང་  
བྱེད་གཞུང་དང་། བརྗོད་བྱ་དོན་གཉིས་ལས་འདིར་ནི་རྫོང་བྱེད་གཞུང་རྣམ་དག་  
རྣམས་ལས་གསུངས་པ་འཆད་པས་སོ། །དེ་ཡང་གཤེད་དམར་གྱི་རིམ་པར་བྱེ་བ་

བཙུང་བ་ཤར་དག་ནས་གི་རིམ་པར་བྱེ་བ་བཅུ་བདུན་པ་དང་དོ་རྩེ་མིང་པོ་རྒྱ་  
གི་རྒྱ་གི་ལེའུ་བཅུ་གཉིས་པ་རྣམས་ནས་བཅུ་བཞི་ཆང་བར་གསུངས་ལ་དོ་རྩེ་གྲུ་  
གི་ལེའུ་བཙུང་ལྔ་པ་ལས་བཅུ་གསུངས་སོ། །གཞན་རེ་རེ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པའི་  
རྒྱ་ཁྱི་མང་ངོ། །དུས་གི་འཁོར་ལོ་ལས་ཆང་བར་གསུངས་པ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་  
ངོ། །ད་ལྟར་བཙུང་བར་དམ་བཅས་པའི་དགོས་པ་ནི་དམ་པ་རྣམས་ཅི་རུང་རུང་དུ་  
ཁས་ལེན་མི་བྱེད་ལ་ཁས་གང་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁུར་མི་འདོར་བས་རྩོམ་པ་མཐར་  
ཕྱིན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འདིས་སྒྲོམ་པ་ཁས་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱང་མཆོན་པར་གོ་  
དགོས་ཞེས་དམ་པ་སྔ་མ་འགའ་ཞིག་གསུང་ངོ། །གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉིད་ཉེ་བར་  
དགོད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་ལྟར་གིས་མ་གོས་པར་བྱ་བ་དང་། ཉམས་ན་ཕྱིར་བཙུང་བའི་  
ཐབས་སོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཅ་ལྟར་“ངོས”་གཟུང་བ་དང་། དེས་མ་གོས་པར་  
བསྐྱར་བའི་སྐྱར་འདོད་བསྐྱེད་པ་དང་། རི་ལྟར་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
ཅ་ལྟར་སོ་སོར་བཤད་པ། བསྐྱར་ཉེ་བསྐྱར་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི་ལས།  
ཅ་ལྟར་དང་པོ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་ལྟར་དངོས་དང་། ཡན་ལག་མ་ཆང་བའི་ལྟར་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ཡིས། །དངོས་བྱུང་སྒྲོ་བ་དཔོན་རྩེས་འབྲང་  
གསུངས། །དེ་བས་དེ་ལ་བརྟམས་པ་ནི། །ཅ་བའི་ལྟར་བ་དང་པོར་བཤད། ཅས་སོ། །འདི་  
ལ་གསུམ་ལས་ཡུལ་ནི་རང་གི་སྒྲོ་བ་དཔོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལའོ། །འདི་ལ་དབང་བསྐྱར་  
བ་དགོས་པར་ཅ་ལྟར་གི་འབྲེལ་པ་བདུན་ཅི་རྒྱ་བ་དང་ལ་ཁྲི་ཀ་རའི་འབྲེལ་པར་བཤད་  
ཀྱང་། དག་ནག་གི་དཀའ་འབྲེལ་རིན་ཆེན་སྒྲོན་མ་ལས། ཅི་དབང་བསྐྱར་བ་འབང་

ཞིག་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྟོབ་དཔོན་ཡང་གང་གིས་དབང་བསྐྱར་བ་དང་རྒྱད་  
བསྐྱར་བ་དང་གང་གི་ཐད་ནས་ལས་ཀྱི་མན་ངག་མཛོས་བ་དེ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ཏེ།  
གསུམ་པོ་འདི་དག་ཀྱང་ཐུག་དོག་མེད་ཅིང་པན་པར་འདོད་བ་ནི་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ཏེ།  
ཞེས་བཤད་པ་གཟུང་ངོ་། །དེ་བས་ན། གང་ཞིག་དམ་ཚས་སྟོག་པ་དང་། འཆད་དང་  
མན་ངག་སྟོན་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་བ་དང་ལས་བྱེད་པ། སྟོབ་དཔོན་ཞེས་ནི་བྱ་བ་  
ཡིན། ཞེས་ཆོགས་སུ་བཅད་ཅིང་། ཡང་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་མཉན་པ་ལ། གང་  
གིས་སྒྲ་མར་མི་འཛིན་པ། །ཁྱི་ཡི་སྐྱེ་གནས་བརྒྱུད་སྐྱེས་ནས། །སྐྱེ་ཤ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་  
འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་རྩེ་རུས་ཀྱང་སྟོབ་  
དཔོན་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་ནས་དབང་བསྐྱར་བའི་སྟོབ་དཔོན་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་  
གཙོ་བོར་འཆད་པ་ལྟར་འཐད་པས་སྟོབ་དཔོན་གསུམ་སོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོབ་  
དཔོན་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྟོན་པ་ཁྲུངས་སུ་བྱས་པ་ནི་ཀོ་ས་ལའི་རྒྱན་ན་ཡོད་  
དོ། །དབང་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ནི་རྒྱུད་ཕྱེ་གོང་མ་གཉིས་མི་དགོས་ཀྱི་འོག་མ་  
གཉིས་ལ་ཡང་འདྲའོ། །རྒྱུད་དང་མན་ངག་སྟོན་པ་ལ་རྒྱུད་རྩོགས་མ་རྩོགས་དང་ལེའུ་  
ལ་སོགས་པའི་གངས་ཀྱི་སྟོན་ས་མཚམས་མི་ཐེན་པས་སྤར་དངས་པའི་ཆོགས་  
བཅད་གཅིག་ཙམ་འཛིན་པ་དང་། ཞེས་པ་དང་གསང་འདུས་ལེའུ་ལྔ་བའི་སྟོང་ནས་  
སྟོབ་དཔོན་སྟོད་པ་དག་ཅེས་པའི་འགྲེལ་བར། འདིར་གང་ལ་སྒྲགས་སམ་ཉིང་ེ་  
འཛིན་ཡང་དག་པ་ཞིག་སྟོན་པ་དེ་ཡང་དེའི་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ན། །ཞེས་ཤུཌི་པས་  
བཤད་ཅིང་སྤུ་མ་ནི་ཅ་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཡུལ་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ངོས་འཛིན་པའི་སྐབས་  
ཡིན་ལ། བྱི་མ་ཡང་དག་ནག་གི་འགྲེལ་བར་ཅ་ལྟར་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ་གསུངས་

བས། སྒྲགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཆེགས་  
བཅད་གཅིག་ཅུ་ཡན་ཆད་དུ་མོངས་པ་ཞིག་བསྟན་པ་ལ་བྱའོ། །ནག་པོ་བས་རྒྱད་  
འཆད་པ་སོགས་གསུམ་གཅིག་ལ་ལྟན་པ་དང་། གཉིས་གཅིག་ལ་ལྟན་པ་དང་རེ་རེ་  
ལྟན་པ་གསུམ་ག་འདིའི་སྐབས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་དུ་གསུངས་པས་གསུམ་ལྟན་སོགས་  
ལ་སྤྱི་ཡང་གི་རིམ་པ་ཡོད་ཀྱང་རྩ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ལ་འབྲལོ། །ཡུལ་དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་འདྲ་བ་  
ཞིག་བྱས་པས་རྩ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བ་ནི། སློབ་དཔོན་དེ་ལ་བརྟམས་པ་བྱས་ན་ནི་རྩ་ལྟར་  
རོ། །འོན་དེའི་ཆད་ཅི་ཅུ་ཞིག་ལ་བྱེད་སྟུང་ན། འདི་ཡང་དག་ནག་གི་དཀའ་འབྲེལ་  
ལས། རོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་ནི་གང་གིས་དབང་བསྐྱར་བ་པོ་འོ། །དེད་ལ་བསྟེ་སྟང་མེད་པ་  
ནི་བོད་འཛིན་ཅིང་བརྟམས་ཐབས་བྱེད་པའོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་སྔར་རོ། །འདིར་  
དེ་མ་སྤངས་ན་རྩ་བའི་ལྟར་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། སྤྱིང་ནས་སློབ་དཔོན་སློབ་པ་  
དག། །བསྐྱབས་ཀྱང་འགྲུབ་པར་ཡོང་མི་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བ་ལ་གང་གི་ཐད་ནས་  
གདམས་ངག་ལ་སོགས་པ་སྤངས་ནས་ད་ནི་གདམས་ངག་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པས་ཅི་  
ཞིག་དགོས་ཞེས་པ་ནི་སྤྱིང་ནས་སློབ་དཔོན་སློབ་པའོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུ་འོ། །དེ་  
བས་ན། ལྷ་མ་དཀྱིལ་འཁོར་སྟོན་པ་ནི། །སྟོན་པ་ངན་པར་གྱུར་ན་ཡང་། །ལུས་སུམ་  
ཡང་ན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །ཤེས་པས་ནམ་ཡང་སྤང་མི་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་  
ལུང་སྒྲ་མར་བཤད་པའི་བསྟེ་སྟང་མེད་པར་བརྟམས་ཐབས་བྱེད་པའི་སློ་ནས་སློབ་  
དཔོན་དེ་སྤངས་ན་རྩ་ལྟར་དུ་འགྲོ་བའི་བརྟམས་པ་བྱེད་ཚུལ་ལུང་འོག་མས་བསྟན་པར་  
འཆད་པར་ལྟར། སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ལ་བརྟམས་པར་མི་བྱ་བའི་འབྲེལ་པར་ཀ་མ་  
རྟེ་བྱས་ཀྱང་བཤད་པས་དེ་ལྟར་དུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྲངས་པའི་ལུང་སྒྲ་མ་ནི་ཀོས་ལའི་

རྒྱ་ན་ཡོད་ལ། ཕྱི་མ་ནི་གསང་འདུས་ལེ་འུ་ལྔ་པའི་འབྲེལ་བ་སློན་གསལ་ན་ཡོད་  
ཅིང་། སླ་མ་དཀྱིལ་འཁོར་ཞེས་སོགས་ནི་ལེགས་བྱུང་གི་རྒྱ་ན་མ་མཆོ་རྩ་ས་  
བྲངས་སོ། །དེས་ན་དོན་རྗེ་ཐེག་པའི་བཀའ་བློན་མཆོས་པའི་སློབ་དཔོན་ལ་ཡོན་ཏྲ་ཆེ་  
ཆུང་གང་ཡིན་ཀྱང་སྒྲུབ། སྐད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་གསུངས་ནས་སློ་  
གསུམ་གྱི་གྲུས་པས་བསྟེན་བཀྱར་བའི་ཞིང་གོང་མར་འཛིན་པའི་སློན་ནས་སླ་མར་  
འཛིན་པའི་ཁུར་དེ་ཉ་ནི་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟུང་དུ་པོར་བཞི་བརྟན་པའམ་སྟེང་པས་  
ཅ་ལྟར་དུ་འགྲོ་བའི་ཆད་དོ། །དོན་རྗེ་སྟོང་པོ་རྒྱ་ན་གྱི་ཅ་ལྟར་དང་པོའི་མིང་འདོགས་ལ་  
ཡང་། སློབ་དཔོན་སྟོང་ནས་སྟོང་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པས་ཅ་ལྟར་དང་པོར་འགྲོ་  
བའི་བརྟན་པའི་ཆད་འཛིན་ཚུལ་ལ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་སྟངས་ནས་སློབ་དཔོན་གཉིས་པོ་  
དེའི་ལུགས་ལེགས་སོ། །ཤུཌི་པས་དབྲུག་ལྟེལ་པར་ཅ་ལྟར་དང་པོར་འགྲོ་བ་ལ་  
ཡང་སྟོང་ནས་སློབ་དཔོན་སྟོང་བ་ཞེས་གསང་འདུས་ནས་གསུངས་པ་དེ་དགོས་པར་  
གསུངས་ལ། གསང་འདུས་འབྲེལ་བར་སློབ་དཔོན་དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྟོང་བར་  
བྱེད་པ་དང་། དེས་ཀྱང་དགའ་བར་བྱེད་ཀྱི་འགྲོད་བར་ནི་མི་བྱེད་བ་དང་ཆོས་བཞིན་  
དུ་བྱིར་འཆོས་པར་མི་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོང་ནས་སློབ་དཔོན་སྟོང་བ་སྟེ།  
ཞེས་སྟོང་ནས་སློབ་དཔོན་སྟོང་བ་ལ་དགའ་བར་བྱེད་པ་སོགས་དེ་རྣམས་དགོས་པར་  
གསུངས་པས་ཅ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ཆོས་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཆད་དགོས་སོ། །དེ་རྣམས་  
ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པའི་ཅ་ལྟར་ལ་ཀྱན་དགྲིས་ཆེན་པོ་དགོས་པའི་ཆོས་རྣམས་སུ་  
སྟངས་ལ། ཀྱན་སྟོང་དང་ཤུཌི་པས་ནཱ་སྟོང་གི་མདོ་བྲངས་ནས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་

སྒྲིང་བ་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྩ་ལྷུང་དུ་བསྐྱབས་ཤིང་རྩ་ལྷུང་དེ་ལ་ཀྱན་དགེས་ཆེན་  
པོའི་ཆོས་རྣམས་ཆང་བ་དགོས་པས་ན་རྩ་ལྷུང་གཞན་ལ་འད་རིགས་པ་མཚུངས་  
སོ། །དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱན་མ་ཆད་པའི་དོན་ཏེ་སྒྲ་མ་སྒྲིད་ནས་ད་དུང་  
སྒྲིད་འདོད་མ་ལོག་པའོ། །དེས་ཀྱང་དགའ་བར་བྱེད་པ་ནི་བྱ་བ་དེས་སེམས་ལ་  
རངས་པ་འཛོལ་པའོ། །འགྲོད་པར་མི་བྱེད་པ་ནི་ཡོན་ཏན་དུ་ལྟ་བུ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
དོན་ཉེས་དམིགས་སུ་མི་ལྟ་བའོ། །ཕྱིར་འཆོས་པར་མི་བྱེད་པ་ནི་རང་ལ་ལྟོས་པའི་རོ་  
ཆ་ཤེས་པ་དང་གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་ཁྲིལ་ཡོད་ཀྱིས་ཉེས་པ་དེ་དང་དེ་དག་ལ་འཛེམ་པ་  
མེད་པའོ། །འདི་རྣམས་ནི་ཁོ་བོས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེ་འུའི་རྣམ་བཤད་དུ་གཏན་ལ་ཐབ་  
ཟེན་ཏོ། །དེ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པ་རྣམས་ནི་ལྷུང་བ་དེ་དག་གི་ཀྱན་སྒྲིང་བ་རྣམས་པའི་  
སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་དངོས་བཞི་རྩོགས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཡན་ཆད་དུ་མེད་དགོས་  
ལ། ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་བར་དེ་དག་ཏུ་ཡོད་པ་དགོས་པས་ཡོད་མེད་དེ་དག་ལས་གང་  
དུང་ཞིག་མ་ཆང་ནའང་པམ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འདི་ལྷུང་བ་དང་པོ་ལ་དགོས་པར་  
གསུངས་པས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདོར་མ་གཏོགས་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་འོས་མེད་  
ཀྱི་རིགས་པས་སྒྱུར་ཏེ་འདི་ནི་རྩ་ལྷུང་རྣམས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟན་མོང་བའོ། །རྩེ་རིན་པོ་  
ཆེ་འགོས་ཀྱིས་གསང་འདུས་སྒྲིང་སྟན་དུ་དེ་དག་ལ་སྒྱུར་བ་ལ་རོ་ཆ་མེད་དངོས་གཞི་  
ལ་གཉེན་པོས་མ་སྐྱེལ་བ་རྩེས་ལ་འགྲོད་པ་མེད་ན་པམ་པ་ཡིན་ཞེས་བཞེད་པ་ཡང་སྒྲ་  
མ་དང་དོན་འདྲ་བར་སྒྲུང་རོ། །གཞུང་འདིར་མིང་འདོགས་མཛད་པ་ལྟར་དམར་ནག་  
གི་རྒྱ་དང་མན་ངག་སྟེ་མར་ཡང་མཛད་ལ་གྱུར་དང་འདུས་པའི་རྒྱན་ལས་སྟོབ་  
དཔོན་སྟོད་པ་ཞེས་འབྲུང་ཡང་དོན་ནི་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། སྟོབ་

དཔོན་འཛོལ་དང་བྲལ་བ་ལ་སྤྱི་མཆོད་ལས་མ་འདས་པར་བཤགས་ན་རྩ་ལྟུང་ཡིན་  
ལ་དེ་ལས་འདས་ན་པམ་བ་དང་འཛོལ་དང་མ་བྲལ་ན་སྟོམ་པོའོ། །ཞེས་སྟོབ་དཔོན་  
བཀོངས་ཀྱང་པམ་བར་མི་འགྱུར་བ་དང་པམ་བ་དང་རྩ་ལྟུང་སོ་སོར་འདོད་པ་ནི་ཆེས་  
ཆེར་ནཱ་བར་འབྲམས་པའོ། །རྩ་ལྟུང་བཀའ་འབྲེལ་ལས་ལྟུང་བར་འགྱུར་ཚུལ་མང་  
དུ་བཤད་པ་ལ་ཡང་མི་འཐད་པ་སྣང་མོད་ཀྱི་ཆོག་མངས་སུ་དོགས་ནས་དགག་  
གཞག་མ་བྱས་སོ། །ལྟུང་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་དེ་ལྟར་སྟོན་པས་ལྟུང་བར་  
འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཆོན་གང་གི་ཕྱིར་ན་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ལ་དངོས་བྱུང་གཉིས་གང་འབྲུབ་  
པ་ནི་དོན་སྟོབ་དཔོན་མཉེས་པར་བྱས་པ་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་དོན་འཛིན་པ་  
དོན་འཆང་གིས་གསུངས་པ་དེ་བས་ནའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལྟུང་བ་ནི་རྩ་བའི་ལྟུང་བ་དང་  
པོར་རྒྱད་ནཱ་བ་ལས་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། དུལ་སྟོབ་དཔོན་ལ་རྩ་ལྟུང་གི་ཆོད་  
དུ་མ་སྟེབ་པའི་བརྟན་སྟོན་སོགས་བྱས་པས་ནི་ཡན་ལག་“མ་ཆང་།”བས་རྩ་ལྟུང་  
མིན་ཡང་པམ་པའི་སྤྲེ་ཆོན་དུ་གཞག་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་བྲང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པའི་  
སྐབས་སུ་ཐག་པ་རྒྱུང་འབྱིང་པམ་པའི་སྤྲེ་ཆོན་དུ་འདོག་པ་དང་སོ་ཐར་གྱི་སྐབས་སུ་  
“པམ་འཁྱག་གི་སྐབས་ཀྱི་སྟོམ་པོ་དང་ཉེས་བྱས་ནཱ་བ་དེ་དག་གི་སྤྲེ་ཆོན་དུ་འདོག་  
པ་བཞིན་ནོ། །འདི་འདྲ་ནཱ་བ་ལ་རྩ་ལྟུང་གི་འབྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཉེས་བྱས་སུ་  
འཆད་དེ། དེ་ལྟ་བུར་སྤྲེ་ཆོན་ནི་སྤར་ལྟར་བྱ་སྟེ་པམ་བ་དང་སྟོམ་པོའི་སྤྲེ་ཆོན་གཉིས་  
སུ་ངེས་ལ་བྱི་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་འོག་མ་ནཱ་བ་ལ་འང་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །མཆོམས་མེད་དང་དམ་ཆོས་སྟོང་བས་ཀྱང་དོན་མེད་པའི་སྟོར་ཞུགས་ནས་

༡ མཆང་

༢ པམ་

བསྐྱབས་ན་དངོས་གྲུབ་མཆོག་འབྲུབ་པ་ཡོད་ཀྱང་སྤར་བསྟན་བ་ལྟར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་  
 སྤང་ནས་སྟོད་པས་ནི་བསྐྱབས་ཀྱང་མི་འབྲུབ་པས་མཆོམས་མེད་སོགས་ལས་ཉེས་  
 དམིགས་ཆེ་བར་གསང་འདུས་ལས་གསུངས་པས་ཅ་ལྟར་རྣམས་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་  
 འདིས་མ་གོས་པ་ལ་འབད་དོ། །འདི་ཡང་སྤར་གསོ་བའི་ཐབས་གྱིས་ཕྱིར་བཅོས་  
 ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བྱས་ན་ངན་འགྱོར་འགྱོ་བ་དགག་ཀྱས་ཀྱང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ལ་ཆེས་  
 རིང་དུ་སོང་བའོ། །མཆོན་ཉིད་གྱི་ཐེག་པའི་སྟོན་པ་གཉིས་སྟེར་མཁན་དང་སྟོར་བ་དང་  
 སྤང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་རྣམས་བར་དག་པ་འཆད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་སྤྲད་པ་ལ་ཅ་  
 ལྟར་དུ་མ་བཅས་ཀྱང་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་མོད་ཀྱང་། ལྟར་བ་ཆེ་ཚུང་དང་ཉེས་པ་  
 ལྷི་ཡང་མི་འདྲ་སྟེ་ལྟར་བ་ཆེ་ཚུང་ནི་བཅས་པ་ཅོམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་ལ་ལྷི་ཡང་ནི་ཞིང་  
 དང་བསམ་པ་བྲག་ཞན་སོགས་གྱིས་འཛོག་པར་ཆོད་ལྷན་རྣམས་གྱིས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །དེས་ན་དེ་དག་ལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་གཟབ་པར་བྱའོ། །སྟོགས་མ་ཐུན་ནས་ཤན་  
 འདའི་ཉེས་པ་ནི་སྤྲང་པོ་རྒྱན་ལས། དེ་ལ་རྗེ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་སོགས་དོར་ངའི་ཁ་ན་མ་  
 ཐོ་བ། ལྷི་དང་ཡང་དང་དག་པ་དང་། །ཤན་འདྲ་བར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་  
 ཤིང་། ནག་པོ་བས་ཀྱང་བཤད་མོད། ཡན་ལག་མ་ཆོང་བའི་ལྷག་བ་ལས་གྲུད་ན་མེད་  
 དོ། །ཅ་ལྟར་གཉིས་པ་བཤད་པ་ནི། བདེ་གཤེགས་བཀའ་ལས་འདས་པ་ནི། །ལྟར་བ་  
 གཉིས་པ་ཡིན་པར་བཤད། ཅེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
 རྒྱ་སྤངས་ཡོན་ཏན་གསུམ་བདེ་གཤེགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མིན་པའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་གྱི་ཉེན་མི་བྱེད་པས་ལེགས་པར་རམ་མཛེས་པར་གཤེགས་པ་དང་བདག་  
 ལྟའི་ས་པོན་ཟད་པས་སྤར་མི་སྟོག་པར་གཤེགས་པ་དང་སྤར་བྱ་མཐའ་དག་ཟད་པས་



མ་ལུས་པར་གཤེགས་པས་ན་བདེ་བར་གཤེགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་སོ། །དེའི་བཀའ་ནི་  
ནག་པོ་པས་ཐེག་པ་གསུམ་ལ་བཤད་དོ། །དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྷུང་བར་  
འགྱུར་བ་ནི། བཀའ་དེ་ལས་འདས་པར་བྱས་ནས། །འདས་ལྔགས་ནི་ནག་པོ་པས་  
"སྟོམ"པ་གསུམ་གྱི་བསྐབ་བྱ་རྣམས་མི་འགལ་བར་ཡང་ལྷན་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
ལ་བཀའ་ལས་མི་འདའ་བར་བཤད་པས་དེ་དག་ལས་འདས་པ་ལ་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བར་བྱས་པ་ཅོམ་ལ་བྱས་ན་ལྷུང་བ་ཐམས་ཅད་  
ཅ་ལྷུང་གཉིས་པར་འགྱུར་བས་ནག་པོ་པའི་བཞེད་པ་ནི་དེ་མིན་ནོ། །ཤེར་པས་བཀའ་  
བྱང་དུ་གསོད་པ་ལ་བཀའ་འདས་སུ་བཤད་དོ། །དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་  
པའི་སྟོམ་གསུམ་གང་རུང་གི་བཅས་པ་ཡིན་པ། དེ་ལ་ཤེས་བཞིན་དུ་འགལ་བར་  
བྱས་པ། བྱང་དུ་གསོད་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་ཡོད་པ་སྟེ། ཚོས་གསུམ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་  
ལ་བྱས་ནས་འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀའི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད། །འབྲེལ་བ་གཞན་  
རྣམས་ནས་བཀའ་དང་དེ་ལས་འདས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཁོ་ན་སྣང་ལ་བྱང་པར་དུ་རྒྱ་  
ཆེར་འབྲེལ་ལས་ལྷུང་བ་འདི་ལ་པམ་པ་མེད་པར་བཤད་ཅིང་བཀའ་འདས་ལ་རྒྱད་ཀྱི་  
ལུང་གསལ་གསལ་འདྲ་བ་མང་དུ་བྲངས་པ་རྣམས་ལ་ནི་ཡིད་བརྟན་མི་སྣང་བས་མ་  
བྲིས་སོ། །འོད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཁ་ཅིག་བྱང་སའི་པམ་པ་བརྒྱད་དང་སོ་ཐར་གྱི་བཞི་བཀའ་  
འདས་ཀྱི་ཅ་ལྷུང་དུ་འཆད་པ་ནི་རྒྱ་གཞུང་གང་ནས་ཀྱང་བཤད་པ་མི་སྣང་ལ་འཐད་པ་  
ཡང་མིན་ཏེ། སྟོམ་གསུམ་གང་གི་ལྔགས་ལ་འང་སྟོམ་པ་དེའི་ཅ་ལྷུང་ལ་སྟོམ་པ་དེ་ལ་  
སྟོས་ཏེ་ནཱ་ཡང་གནང་བ་འབྱུང་མི་སྲིད་ལ། སྟོག་གཅོད་སོགས་ལ་སྟོམ་པ་འདི་ལ་

སྐྱོ་སྐྱོ་ཉེ་གནང་བའི་སྐྱོ་སྐྱོ་ལོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་ཉེ་ལྟར་གཉིས་  
 བ་ཡིན་པར་རྒྱུད་སྐྱོ་ལས་བཤམ་དོ། །འདི་དང་མཐུན་པར་དམར་ནག་གི་རྒྱུད་དང་  
 གྲུང་དང་དོ་རྩེ་སྐྱོང་པོ་རྒྱུན་དང་འདུས་པའི་རྒྱུན་དང་མན་རག་སྐྱོ་མར་ཡང་བདེ་བར་  
 གཤེགས་པའི་བཀའ་འདས་ཀྱི་ལྟུང་བར་མཛད་དོ། །སྐྱོ་སྐྱོ་གསུམ་གྱི་བཅས་པ་ལས་  
 གཞན་པའི་ཆོས་ལ་བྱུང་དུ་གསོད་པ་དང་མ་ཤེས་པར་བྱུང་དུ་གསོད་པ་རྣམས་  
 བྱི་ཡན་ལག་མ་ཆང་བའི་ལྟུང་བ་སྐྱོ་ལོང་པ་རྣམས་སུ་ཡང་རང་རང་གི་སྐྱོ་སྐྱོ་དང་  
 རྒྱུར་རོ། །ཉེ་ལྟར་གསུམ་པ་བཤམ་པ་ནི། དོ་རྩེ་སྐྱོང་པོ་འཁོར་ནས་ནི། ཉེས་པ་བཟོད་  
 བ་གསུམ་པ་ཡིན། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། དོ་རྩེ་སྐྱོང་པོ་འཁོར་ནས་སྐྱོ་  
 གནས་གཅིག་པས་སྐྱོང་དུ་གྲུང་བའོ། །འདི་ལ་ནག་པོ་དམ་ཆོག་དོ་རྩེ་སྐྱོང་པོ་འཁོར་  
 དང་དཀྱིལ་འཁོར་དང་རིག་པའམ་རིག་མ་རྣམས་གཅིག་ལས་དམ་ཆོག་ཐོབ་པ་ནི་  
 བྱུང་བར་གྱི་དོ་རྩེ་སྐྱོང་པོ་དེ་རྣམས་ལ་བྱེ་བྲག་སྐྱོ་སོ་སོར་ཐོབ་པ་ནི་བྱེ་བྲག་གི་དོ་རྩེ་  
 སྐྱོང་དང་སྐྱོང་པོ་འཁོར་ནས་རྣམས་ནི་ཉེ་བའི་སྐྱོང་པོ། དེའི་དང་པོ་གཉིས་ལ་  
 ཉེ་ལྟར་བྱུང་བའི་གཞན་ལ་ཆ་མཐུན་པའི་ཞེས་འཆད་དོ། །འོན་ཀྱང་ཀོ་ས་ལའི་  
 རྒྱུན་ལས། དོ་རྩེ་སྐྱོང་པོ་མཛད་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱོང་པོ་འཁོར་གཅིག་ལས་དཀྱིལ་  
 འཁོར་དུ་ཞུགས་པ་སྐྱོང་དེ་དང་མི་མཛད་པ་ནི་དེ་དང་ཡང་དེར་ཞེ་འགྲམ་པའོ། །ཞེས་  
 དང་། ལྷན་པས། སྐྱོང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་དང་སྐྱོང་པོ་འཁོར་གཅིག་ལས་དཀྱིལ་འཁོར་  
 དུ་དབང་ཐོབ་པ་སྐྱོང་དེ་ལ་ཐུག་དོག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་སྐྱོང་རྣམས་བཟོད་པར་མི་  
 བྱའོ། །ཞེས་སྐྱོང་པོ་འཁོར་གཅིག་པ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལེགས་ཉེ་སྐྱོང་པོ་འཁོར་གཅིག་

༡ གསལ  
 ༢ གསལ

ན་སྟེ་གནས་མི་ཅིག་པས་སྟུན་གྱི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལ་ཡང་རྒྱད་ཉལ་པ་  
སོགས་ཀྱི་སྟུན་གསུམ་ཡོད་མོད་ཀྱང་འདིར་ནི་སྤར་བྲངས་པ་ལྟར་དབང་གི་སྟུན་ཡིན་  
ལ་རྒྱད་སྟེ་འོག་མ་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་ཀྱང་ཆོག་གོ། །ལ་ཁྲིའི་ཀ་རས་དཀྱིལ་འཁོར་  
གཅིག་ལ་དབང་དང་དམ་ཆེག་སྟུན་མོད་དུ་ཐོབ་པ་དང་སྟུབ་པ་སྟེ་ལ་བྱས་པ་དགོས་  
པར་འདོད་པ་ནི་དེ་དག་ལ་ཉེས་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་ཡང་ཅ་ལྟར་སྦྱེད་པ་ལ་དུས་གཅིག་  
དུ་ཐོབ་པ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་དུ་ཐོབ་པ་མི་དགོས་སོ། །འདི་མེད་འོད་ལས་ རྩོ་  
རྩེའི་སྟུན་ཆུན་པོ་ལས་གཞོན་བྱ་བ་སྟུབ་པ་དང་ལྟན་པ་ལ་རབ་དུ་ཁྲོ་བར་བྱེད་  
ནའོ། །ཞེས་སྟོམ་ལྟན་དུ་གསུངས་ལ་སྟོམ་པ་ཡང་སྐབས་ཀྱིས་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ལ་  
བྱ་དགོས་པས་དེ་ནི་འདིར་ཡང་འབྲ་བས་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པ་དང་ལྟན་པའོ། །ངན་སོང་  
སྟོང་རྒྱད་ལས། རྩོ་རྩེ་སྟུན་དང་སྤང་མོ་དང་། རྩོ་རྩེ་མ་ནཱས་ཉིད་ལ་ནི། རྩལ་འབྱོར་  
ཅན་གྱིས་བརྟམས་མི་བྱ། ཞེས་སྟུན་དང་སྤང་མོ་སོ་སོར་མཛད་པའི་སྤང་མོ་ནི་འདིར་  
སྟུན་དུ་བསྟུ་སྟེ། དེ་ཉིད་བསྟུས་པའི་འབྲེལ་བར་སྟོབ་དཔོན་གཅིག་ལས་དཀྱིལ་འཁོར་  
དུ་ཞུགས་པ་ལ་སྟུན་དུ་གསུངས་པའི་སྟུན་ནོ། །དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྟར་བར་  
འགྱུར་བ་ནི། ཁྲོས་ནས་ཉེ་ཡིད་འཁྲུགས་ནས་ཉེས་པ་སྟེ་མཆོང་འབྲུ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་སྟོན་བརྗོད་པའོ། །འདིར་འབྲེལ་པ་བདུན་ཅི་རྩེ་བ་དང་ལ་ཁྲིའི་ཀ་རས་སྟུན་པ་རོལ་  
པོས་གོ་བ་དགོས་པར་བཤད་ཅིང་ཕྱི་མས་སྟུན་དུ་འདུ་ཤེས་པ་བཤད་པ་འདིར་ཡང་  
དགོས་སོ། །རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས་ལུས་ངག་མི་གཙུག་པོས་ཁྲོས་པའི་སེམས་ལ་ལྟར་  
བར་བྱས་ནས་ཉེས་པ་བརྗོད་པ་སྟོན་བརྗོད་ལ་མི་བྱེད་པར་ལྟར་བ་ལ་འཆད་ཅིང་བོད་  
ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ཀྱང་དེ་ལྟར་འཆད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ་དམར་ནག་གི་རྒྱད་གཉིས་

ལས། དེ་བཞིན་སྤྲོད་ལ་ཁོ་བ་དང་། ཉེས་པ་བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་  
དཔལ་འཛིན་གྱི་དགྲིལ་ཚོག་གཉིས་སུ་ཡང་། དེ་བཞིན་ཁོས་ནས་སྤྲོད་ཆེ་ཡི། ཉེས་  
པ་བརྟོད་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་འབྲུང་ལ། དབྱ་ནག་གི་འབྲེལ་པ་གཉིས་སུ་ཡང་དེ་ལྟར་  
དུ་བཀའ་བའི་བྱིར་དང་། རྩོམ་སྤྲོད་པོ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ཞེ་སྤང་གིས་ནི་མཆེད་སྤྲོད་  
འབྲིན། ཞེས་དང་མན་དག་སྟེ་ཉེ་མ་དང་འདུས་པའི་རྒྱན་དུ་ཡང་དེ་ལྟར་འབྲུང་བའི་  
བྱིར་རོ། དེས་ན་གྲུར་ལས། སྤྲོད་ལ་མི་སྤང་བ་ཉིད་དང་། ཞེས་འབྲུང་ཡང་སྤྲོད་པ་  
ནམས་དང་འབྲུང་བར་བྱའོ། །གཞུང་ཁ་ཅིག་ལས། རྩོམ་སྤྲོད་ལ་ཁོས་བཞི། ཞེས་འབྲུང་  
བ་ལྟར་འདོན་ནའང་ཁོས་པས་ཞེས་བྱེད་ཆོག་གཞོན་དགོས་སོ། །མདོར་བསྟུན་སྤྲོད་པ་  
གཅིག་ལས་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པའི་རྩོམ་སྤྲོད་ལོན་པ། སྤྲོད་ཀྱི་སྤོམ་པ་དང་ལྷན་པ།  
དེར་འདུ་ཤེས་ན། ཞེ་སྤང་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ནས་དེའི་སྤྲོད་བརྟོད་པ། བརྟོད་པ་  
དེ་ཐོས་ནས་དོན་གོ་བ་སྟེ་ཆོས་ལྡེ་ཆང་བ་ནི་ཅ་ལྟར་གསུམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཅ་ལྟར་བཞི་  
པ་བཤད་པ་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་སྤོང་། །བཞི་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་  
གསུངས། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཞེས་མང་ཆོག་  
ཏུ་འབྲུང་ཡང་སེམས་ཅན་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་གོ། དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་  
ལྟར་བར་འབྱུར་བ་ནི། ཐེག་ཆེན་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་གཅིག་པ་བཞིན་  
དུ་བསམ་ཞིང་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་གཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་དང་བྲལ་  
བའི་ཐེག་ཆེན་པ་ནི་སྤྲོད་བྱ་མེ་བྱིར་ལ་ཉི་འོད་དང་ལྷན་པར་བཏགས་པ་དང་འབྲུང་བར་  
མིང་ཅམ་པའོ། །ཞེས་ནག་པོ་པས་བཤད་པ་དང་། བྱམས་པའི་སེམས་ནི་སེམས་ཅན་

ལ་ཁྲོན་མེད་པའི་པན་བདེ་བསྐྱབ་བར་འདོད་པ་སྟེ་དེ་ནཱ་ཡང་དོར་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་  
ཤུ་ཉེ་པས་བཞད་པ་གཉིས་དོན་འབྲ་བས་དེའི་བསྒྲིག་ཚུགས་ནི་བྱམས་པའི་སེམས་  
སྟོང་བའོ། །སེམས་ཅན་ལ་པན་བདེ་བསྐྱབ་པ་ནི་མི་ཁུས་པར་འདུག་སྟུང་པ་ལ་  
སོགས་པའི་སྒྲོན་ནས་དེ་བཏང་ན་ནི་སེམས་བསྐྱེད་གཏོང་བས་འོག་མ་དང་ཁྱད་མེད་དུ་  
འགྱུར་རོ། །དེས་ན་དེ་བཏང་ཚུལ་ནི་སེམས་ཅན་དེ་ལ་ཁོང་ཁྱོས་པ་དང་དེ་ལ་སྒྲོས་  
སུ་བྱམས་པའི་སེམས་མ་བསྐྱེད་པ་དང་བདེ་བ་དང་མ་སྤང་ན་སྟུང་པ་རྣམས་ལས་  
གང་ཡིན་སྟུང་ན། དམར་པོའི་རྒྱུད་ལས། སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་བྱམས་པའི་  
སེམས། །ནཱ་ཡང་གཏང་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་དང་། །དོན་མེད་པོ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་།  
བྱམས་སེམས་མེད་པར་སེམས་ཅན་སྤངས། །ཞེས་བྱམས་པའི་སེམས་དོར་བ་ལ་  
གསུངས་པས་བདེ་བ་དང་བྲལ་ན་སྟུང་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་བྱའོ། །བྱམས་པ་  
སྟོང་མི་སྟོང་ནི་བྱམས་པའི་སེམས་དོར་མ་དོར་ལ་རྒྱུད་དེ་དག་ལས་གསུངས་པས་  
འབྲེལ་བ་བདུད་ཅི་ཁྲོ་བ་དང་ལ་ཁྲོ་ཀ་རས་སྤྱག་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་སེལ་བའི་མཐུ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཡལ་བར་འདོར་བ་ལ་འཆད་བ་སོགས་དོན་དུ་  
མི་སྤང་རོ། །འདི་བྱམས་པ་དོར་བའི་རྩ་ལྷུང་དུ་གཞུང་འདིར་གསུངས་པ་ལྟར་སྤར་  
བཞད་པའི་ཁྱད་མེད་དེ་དག་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་  
གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་ལ་དམིགས་ནས་འདི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ན་སྟུང་  
པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བྱམས་པ་བཏང་བ་ནི་རྩ་ལྷུང་བཞི་བ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །འདི་དག་ནས་ཏུ་བྱུང་མཐའ་ལ་སྟོན་པའི་འོག་ཏུ་འབྱུང་བ་  
ལྟར་ན་གསུངས་ཀྱང་བཞད་ཅིང་ཤུ་ཉེ་པས་ནི་འདི་དང་གོ་རིམས་མཐུན་པར་བཞད་

དོ། ཅུ་ལྷུང་ལྷ་པ་བཤད་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དེ་སྤྱོད་བཞི་ལྷ་པ་  
 ཡིན། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་  
 དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་འཆའ་བ་སྟེ། དེ་ནི་སྤྱོད་པོ་བཞོད་པ་ལས།  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་  
 བུའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏྲན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་  
 བུའོ། །ཤུ་ཆེ་པས་གཞན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཆུ་བཅས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་ལ་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སུ་གསུངས་པ་ནི་འགྲོ་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་འདོན་པའི་ཕྱིར་དུ་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་དམ་འཆའ་བའི་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་གཞན་ཡང་མཆོན་པས་  
 རྒྱལ་པོ་པའི་བཞེད་པ་ལྟར་སྟོན་སེམས་ལ་བུའོ། །འདི་དང་བྱམས་པའི་བྱང་པར་ལ་  
 རྒྱལ་པོ་པས་བྱམས་པ་ནི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་དེ་སྟོན་དུ་སོང་  
 པའི་དངོས་གཞི་ལ་བཤད་དོ། །དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་ནི།  
 བདག་གིས་སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་པའི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པར་མི་རུས་སྟུམ་ནས་  
 སྟོན་སེམས་དེ་སྤྱོད་བཞི་རྩ་ལྷུང་ལྷ་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་པོ་པས་སེམས་དེ་དང་པོར་དམ་  
 བཅས་པ་ལས་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པ་མི་གཏོར་བའི་དོན་དུ་བཤད་བས་སྤངས་པའི་  
 དོན་ནི་དེ་ལྟར་ལོ། །འདི་ལ་རྩ་ལྷུང་གི་འགྲེལ་པ་ཁ་ཅིག་ནས་ཀྱུན་ད་ལྟ་བུ་གཏོར་བ་ལ་  
 ཡང་བཤད་པ་ནི་དུས་འཁོར་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པར་བུའོ། །ལྷུང་བའི་མིང་འདོགས་  
 གྱུར་གྱུར་མ་གཏོགས་པ་སྤར་བསྟན་པའི་ཁུངས་རྣམས་དང་འབྲལོ། །འདི་ནི་དོར་བ་  
 ཅོམ་གྱིས་རྩ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་བས་ཡན་ལག་གཞན་མ་ཆང་ཡང་པམས་པའོ། ཅུ་ལྷུང་བྱུག་  
 པ་བཤད་པ་ནི། རང་ངམ་གཞན་གྱི་བྱུབ་པའི་མཐའ། ཆོས་ལ་སྟོན་པ་བྱུག་པ་ཡིན།

ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། རྒྱ་པོ་བས་རང་ནི་སངས་རྒྱས་བ་དང་  
གཞན་ནི་ལྷ་སྟེགས་ཅན་དང་ཆོས་ནི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་ལམ་ལ་བྱས་ནས། ལྷ་  
སྟེགས་ཅན་ལ་སྤང་བྱས་ན། རྣམ་པར་སྤང་མཛད་རིང་བའི་རྒྱ། ཞེས་འདེན་ནོ། །འོན་  
ཀྱང་ལྷ་སྟེགས་ལ་སྦྱོན་གདགས་འདོད་ཀྱིས་སྤང་ན་ཉེས་པ་འབྱུང་ཡང་འདིར་ཅ་ལྟར་  
གིས་ཡུལ་སྟོན་བས་མི་བདེའོ། །དེས་ན་ཅ་ལྟར་བཀའ་འགྲུལ་ལས། རང་གི་བྱུང་བའི་  
མཐའ་གསང་སྐབས་དང་གཞན་གྱི་བྱུང་བའི་མཐའ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཐེག་པ་ལ་  
བཤད་པ་ལྟར་བྱའོ། །ངམ་ཞེས་པ་ནི་སྟོན་པའི་ཡུལ་ལ་གང་རུང་ཞིག་གིས་ཆོག་པར་  
སྟོན་པའོ། །མན་སྟེ་དང་“སྟོམ་”འབྱུང་གི་འགྲུལ་པ་དང་བསྟན་པའི་ཞོར་ཐམས་ཅད་  
པའི་སྐྱབ་ཐབས་དང་འདུས་པའི་རྒྱན་དུ་ཡང་ཐེག་པ་གསུམ་ལ་སྟོན་པ་ཞེས་པའི་མིང་  
འདོགས་མཛད་པའི་དགོངས་པ་ཡང་འདི་དང་འདྲའོ། །དམར་ནག་གི་རྒྱད་དང་འདི་  
གཉིས་དོན་འདྲ་ལ། དོ་མེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། བདག་གཞན་བྱུང་བའི་མཐའ་སྟོན་བྱེད།  
ཅེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །འགྲུང་ལས། གཞན་གྱི་ཆོས་ནི་སུན་མེ་འབྱིན། ཞེས་  
འབྱུང་བས་ཆ་གཅིག་བསྟན་པ་འདྲའོ། །དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ཅ་ལྟར་དུ་འགྱུར་  
བ་ནི་ཆོས་དེ་བཀའ་དེ་གཉིས་ལ་སྟོན་པའམ་སུན་འབྱིན་པ་བྱས་ནའོ། །སྟོན་ཚུལ་ནི་  
ནག་པོ་བས་གསལ་བར་མ་བཤད་ལ། བཞི་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་པའི་འགྲུལ་པ་ལས། མི་སྤང་  
ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་མཁའི་སྟོང་པོའི་མདོ་ལས། ཇི་སྟན་དུ། གང་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་བཤད་པའམ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་བཤད་  
པའམ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་བཤད་པ་སྟོང་ཞིང་འགོག་ཏུ་འཇུག་པ་འདི་ནི་ཅ་བའི་

ལྷུང་བ་གཉིས་པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ཆོས་སྤངས་པ་  
ལ་ཅ་ལྷུང་དུ་བསྐྱབས་ཤིང་སྒོ་བ་དཔོན་ཀུན་དགའ་སྙིང་པོས་ཀྱང་སྤར་བ་ལྟན་པ་ལྟར་  
གསུངས་པས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་བཀའ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འདི་ནི་  
སངས་རྒྱུས་གྱིས་གསུངས་པ་མིན་ལོ་ཞེས་བསམས་པ་ཐེག་པ་ནས་སྐྱུར་བ་འདེབས་  
པའོ། །“ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྤོང་བ་ལ་སྤར་བ་འདྲ་བའི་ཡན་ལག་བྱུང་མོང་བ་རྣམས་  
མ་ཆང་ན་པམ་པར་མི་འགྱུར་པར་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་གསུངས་སོ། །འོ་ན་  
ཤུནྟའི་པས་དག་ནག་འབྲེལ་བར། སྤང་མི་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅོད་པས་སུན་དབྱུང་བར་  
མི་བྱ་སྟེ་འགོ་བ་དག་ནི་རང་རང་གི་འདུན་པའི་ཐེག་པ་ཅམ་ལས་རིམ་གྱིས་འཇུས་  
ཤིང་བྱང་ཚུབ་པར་འགྱུར་གྱི་བཅན་ཐབས་སུ་འདུན་པ་བསྒྲོག་པ་ནི་སྤར་བ་འཕེལ་  
བའི་རྒྱ་ཅམ་ཡིན་པས་བཞག་སྟེ། ཞེས་བྱུབ་མཐའ་འཛིན་པ་སུན་འབྲིན་པ་ལ་སྤོང་  
པར་གསུངས་པ་ནི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། སྤགས་སམ་མཆོན་ཉིད་གྱི་ཐེག་པ་ལ་སྤོན་  
བཀའ་ནས་བཀའ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སུན་སྤྱང་བ་ན་དེ་དག་གི་བྱུབ་མཐའ་འཛིན་པའི་  
ཡང་འདུན་པ་ལྟོག་པ་ལ་བའདྲ་བས་སྤོན་མེད་དོ། །ལས་དང་པོ་པས་གསུང་རབ་  
མཐའ་དག་ལ་མོས་པ་སྟེ་དཀའ་བས། མོས་པ་མ་སྟེས་ཀྱང་སྐྱུར་བ་མི་འདེབས་ན་  
ཉེས་པ་མེད་པར་བྱང་ས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་དུ་ཡང་གསུངས་  
ཏེ་རི་སྐད་དུ། མོས་པ་དུ་མའི་སེམས་ཅན་ལ། །སྤོང་བ་སྤྲོ་ཆོགས་སྟོན་མཛད་དེ། །སྤྲོ་  
ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་གདུལ་བྱ་ལ། །ཐབས་ནི་སྤྲོ་ཆོགས་སྟོན་པ་ཡིན། །ཐབ་མའི་ཆོས་  
ནི་སྟོན་པ་ལ། །གལ་ཏེ་མོས་པར་མ་གྱུར་ཀྱང་། །སྤོང་བ་དག་ནི་མི་བྱ་སྟེ། །ཆོས་ཉིད་



བསམ་མི་བྱུང་བྱ། །གང་གིས་འདི་བདག་ཡུལ་མིན་པ། །བདག་གིས་ཆོས་ཉིད་  
མི་ཤེས་ཡིན། །རྫོགས་སངས་རྒྱས་དང་དེ་སྤྲུལ་ནི། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
མཁྱེན། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་དང་རིན་ཆེན་སྤངས་བ་ལས་ཀྱང་། བཏང་  
སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པར་གསུངས་པ་འདི་གནད་ཆེད། །ཐེག་པ་  
གསུམ་གྱི་ཆོས་སྤོང་བ་དེ་ནི་ཅ་ལྟར་བྱུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཅ་ལྟར་བདུན་པ་བཤད་པ་ནི།  
ཡོངས་སུ་མ་སྤྲོན་སེམས་ཅན་ལ། །གསང་བ་སྟོག་པ་བདུན་པ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །འདི་  
ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། དམར་ནག་གི་རྒྱད་གཉིས་དང་མན་སྟེ་དང་འདུས་པའི་རྒྱ་  
རྣམས་འདི་དང་འབྲེལ་བ་དོན་སྟོན་པོ་རྒྱན་ལས། སྟོད་མི་རུང་ལ་གསང་བ་བསྟན། །ཞེས་  
དང་། གྲུང་ལས། དེ་ཉིད་སྐལ་མེད་ལ་མི་སྟོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལས་སྤྲོན་པའི་  
སེམས་ཅན་ནི་དབང་གིས་རྒྱད་སྟོད་ཏུ་རུང་བར་མ་བྱས་པ་སྟེ་སྐལ་མེད་ཅེས་ཀྱང་  
གསུངས་པས། ཅ་ལྟར་བཀའ་འབྲེལ་དང་བདུན་ཅི་ཁྲ་བ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་གསང་བ་  
བསྟན་པས་ན་མ་དད་པ་སྟེ་བཤོ། །འདི་ལ་ནག་པོ་བས་སྟོད་ཀྱིས་མ་སྤྲོན་པ་ནི་ལོག་སྟེད་  
ཅན་ནོ། །ཆོ་གས་མ་སྤྲོན་པ་ནི་བྱམ་དབང་མ་ཐོབ་པའོ། །ཆོ་ག་རྫོགས་པས་མ་སྤྲོན་  
པ་ནི་གསང་བ་དང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་མ་ཐོབ་པའོ། །ཉམས་པས་མ་སྤྲོན་པ་ནི་ཅ་ལྟར་  
སོགས་བྱུང་བ་ཕྱིར་མ་བཅོས་པའོ། །ཟབ་མོ་འདིགས་པས་མ་སྤྲོན་པ་ནི་དབང་བཞི་  
པའི་དེ་ཉིད་མ་ཐོབ་པ་སྟེ་མ་སྤྲོན་པ་ལྟར་བཤད་ནས་ཅ་ལྟར་གི་ཡུལ་ལ་གསལ་ཁ་མི་  
སྤང་ངོ་། །ཤུཉི་པས་མ་སྤངས་པ་ནི་ཤེས་རབ་མ་བསགས་པ་སྟེ་ཞེས་བཤད་དེ་  
གསང་དོན་གོ་ནས་ཡིད་ཆེས་བར་འགྱུར་པའི་ཤེས་རབ་མེད་པའོ། །དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་  
ཞིག་བྱས་པས་ལྟར་བར་འགྱུར་བ་ནི། དེ་ལ་གསང་བ་སྟོག་བར་བྱེད་ནའོ། །བསྟན་

རྒྱུའི་གསང་བ་ནི་ཤུ་རྩེ་པས་དེ་ལ་གསང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོང་བ་དང་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་  
ཆེག་སྤྱ་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སྟོང་ཉིད་ཅམ་མིན་གྱི་སྟོང་ཉིད་དང་བཅས་  
པའི་སྤྲུགས་གྱི་གསང་བའོ། །ནག་པོ་པས་དགྱིལ་འཁོར་དང་དམ་ཆེག་གི་བྲག་རྒྱ་  
གཅིག་ཅམ་དང་བརྟ་གསང་པའི་དམ་ཆེག་ཅམ་དང་ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་  
པ་འདུས་པ་གཅིག་དང་བྱང་འབྲུག་གི་ཡེ་ཤེས་ལ་གསང་བར་བྱས་ནས་དེ་མི་བསྟན་  
པར་བཤད་དོ། །མདོར་ན་རིམ་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུགས་གྱི་གསང་བའི་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་གྱི་དོན་ནོ། །ཤུར་ལས། དེ་ཉིད་ཅེས་འབྱུང་བ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱའོ། །ལཱོ་ཀ་རས་  
པ་རོལ་སོས་དོན་གོ་བ་དང་དེར་འདུ་ཤེས་པ་དང་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་མེད་པ་ཡང་  
དགོས་པར་བཤད་དོ། །དགོས་པ་ནི་གཞན་འདུལ་བའི་དགོས་པ་ཆེན་པོའོ། །མཁས་  
པ་ཁ་ཅིག་རྒྱན་བྲུག་གིས་སྤྱི་སྤྲུགས་བམ་ཅང་ཉེ་འཁྱུ་སོགས་རྩས་གསང་བ་བསྟན་ན་  
ཡང་ཅ་ལྟར་དུ་སྤྱི་བའི་མི་འཐད་དེ་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བ་རྣམས་ལས་གསང་ཆོས་རྣ་བར་  
བསྤྲུགས་པའི་ཉེས་པར་བཤད་གྱི་རྩས་མིག་ལ་བསྟན་པ་ཉེས་པར་མ་གསུངས་པས་  
སོ། །རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་འོག་མའི་དབང་ཅམ་བསྐྱར་བ་ལ་གོང་མ་གོང་མའི་སྤྱན་མོང་  
མིན་པའི་གསང་བ་རྣམས་བསྟན་དུ་མི་རུང་ལ། རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་གྱི་སྟོབ་མའི་  
དབང་ངམ་བྱམ་དབང་ཅམ་ལས་མ་ཐོབ་པ་ལ་དབང་གོང་མ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་  
སྤྱན་མོང་མིན་པའི་གསང་བ་རྣམས་བསྟན་དུ་མི་རུང་ངོ་། །བྱ་རྒྱུད་ཡན་ཆད་གྱི་  
དགྱིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་ནས་རྒྱ་དབང་ཡན་ཆད་ཅིག་མ་ཐོབ་ན་བདག་སྦྱིད་སོགས་  
བྱས་ནས་ལྷ་སྤྱབ་པ་སོགས་བྱར་གཏན་ནས་མི་རུང་སྟེ། དེ་ཉིད་བསྐྱས་པའི་དུམ་བུ་  
དང་པོ་ལས། ཁྱོད་གྱིས་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་མ་སྤྱི་ཞིག་དམ་

ཆོག་ཉམས་པར་གྱུར་ཏེ། ཞེས་དང་། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་དེར་ཁྱོད་ཀྱི། ལྷིང་ལ་  
ཡང་དག་ཞུགས་པར་གྱུར། །གལ་ཏེ་ཚུལ་འདི་སྒྲུས་ན་ནི། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་བལ་ཏེ་  
གཤེགས། ཞེས་སྟོན་མཁན་གྱི་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་དང་ལྷིང་ལ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་  
སྤར་ཞུགས་པ་མི་བཞུགས་པར་འཕྱོན་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཞུང་དུ་མར་གསང་བ་  
མི་བསྐྱབ་པ་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་བར་གསུངས་ཤིང་སྤར་མཉམ་སྦྱོར་གྱི་ལུང་བྲགས་པ་  
ལྟར་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་མ་ཞུགས་པས་བསྐྱབས་ཀྱང་ཅི་ཡང་མི་འབྱུང་བར་གསུངས་  
པས་སློབ་མ་དེས་བསྐྱབས་ཀྱང་དངོས་བྱུང་ཁྱད་པར་ཅན་གཏན་མི་འཛོལ་པས་  
དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཐོད་པའི་ལེའུ་གསུམ་པ་ལས་ཀྱང་། དཔེར་  
ན་བྱ་ཆ་མེད་པའི་བྲིམ། །ཤི་བ་ཙམ་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །དེ་བཞིན་དབང་དང་བལ་ན་  
ནི། །ཡེ་ཤེས་ཀྱང་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །དཔེར་ན་སི་མི་སྦྱོར་ཀྱང་ཆོགས། །རྒྱུད་དང་  
བལ་ན་བརྟུང་མི་རུང་། །དེ་བཞིན་དབང་དང་བལ་ན་ནི། །སྒྲགས་དང་བསམ་གཏན་  
འབྱུང་མི་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་ལ་སྟོན་མཁན་དང་ཉན་མཁན་ལ་ཡང་ཉེས་དམིགས་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་དེ་ཉིད་ལས། རྫོངས་པ་གང་ཞིག་དབང་མེད་པར། །བདག་ནི་དབང་  
བསྐྱར་ཞེས་སྒྲ་བ། །རི་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་བཞུགས་ཀྱི་བར། །སློབ་མར་བཅས་ཏེ་  
དཔུལ་བར་འགྲོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ་མི་འཛིགས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་ལས་དཔུལ་བ་དེ་  
མ་སྟོངས་པའི་བར་དུ་གནས་པ་ལ་བཤད་དོ། །ཆོགས་བཅད་དེ་གསུམ་ཐོད་པའི་  
བཀའ་འབྲེལ་ཡེ་ཤེས་ལྡན་དུ་དབང་གོང་མ་གསུམ་ལ་སྤྱར་བ་ནི་མཚོན་པ་ཙམ་སྟེ་མི་  
འཛིགས་པའི་གཞུང་འབྲེལ་ལས། འདིས་ནི་དབང་བསྐྱར་བ་ཐམས་ཅད་གདོན་མི་བ་  
བར་གཟུང་བར་གསུངས་སོ། །ཞེས་སྦྱིར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱག་ཆེན་ཐེག་

ལེའུ་གཉིས་པ་ལས། གང་ཞིག་རྒྱད་ལུང་རྒྱལ་གྱིས། །དབང་བསྐྱར་མེད་ལ་འཆད་  
བྱེད་པ། །སློབ་དཔོན་སློབ་མ་ཤི་མ་ཐག། །དངོས་བྱུང་ཐོབ་ཀྱང་དཔྱལ་བར་འགྲོ། །ཞེས་  
ཐུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་འགའ་ཞིག་ཐོབ་ཀྱང་དཔོན་སློབ་གཉིས་ཀ་དཔྱལ་བར་སྦྱི་  
བར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་མི་གཡོ་བ་དཀར་སོ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་གནང་ནི་བྱ་རྒྱུ་  
ཡན་ཆད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུག་པ་ཡན་ཆད་ཅིག་ལ་བྱ་དགོས་ལ་ཤེས་རབ་  
གསལ་བྱེད་མ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་གནང་ནི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུག་པ་  
ཡན་ཆད་ཅིག་ལ་བྱ་དགོས་ཀྱི་དབང་མ་ཐོབ་པར་དེ་དག་གི་རྗེས་གནང་ཅམ་བྱས་  
ནས་ལྷ་དེ་དག་སྐྱབ་པ་སོགས་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ན་དབང་  
བསྐྱར་ནས་སྒྲིན་པར་མ་བྱས་པ་གསང་བ་བསྒྲགས་པ་ལ་མ་དད་པ་སྦྱི་བ། །དེ་ལ་དེར་  
འདུ་ཤེས་པ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གསང་བ་བསྒྲགས་པ། །དེ་གོ་བ་གཞན་འདུལ་བའི་  
དགོས་པ་ཆེན་པོ་དང་མི་ལྡན་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཆང་ན་ཅ་ཅུང་བདུན་པ་ཡིན་ནོ། །སྤར་  
བཤའ་པ་ལྟར་དབང་མ་བསྐྱར་ཡང་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་གཞུག་པར་རུང་བ་ནི། །དེ་ལ་  
གནང་བའི་ལས་ཡིན་པས་གསང་སྟོག་གི་ཉེས་པ་མེད་དེ། །འདི་འདྲའི་རིགས་འདུལ་  
བ་ལ་ཡང་འགའ་རེ་ཡོད་དོ། །མཆན་ཉིད་ཐེག་པའི་ཆོས་སྟོན་དུ་མི་རུང་བ་ལ་བྱིན་ན་  
འདིའི་ཅ་ཅུང་དུ་མི་འགྱུར་ཡང་ཡན་ལག་མ་ཆང་བའི་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅ་ཅུང་  
བརྒྱད་པ་བཤའ་བ་ནི། སྤང་སོ་སངས་རྒྱས་ལྷ་བདག་ཉིད། །དེ་ལ་བརྟམས་བྱེད་བརྒྱད་  
པ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་  
དང་འདུ་བྱེད་དང་ནམ་པར་ཤེས་པའི་སྤང་སོ་ལྷ་རིམ་པ་བཞེན་དུ་ནམ་སྤང་དང་རིན་  
འབྱུང་དང་འོད་དཔག་མེད་དང་དོན་ཡོད་བྱུང་བ་དང་མི་བསྐྱོད་པ་སྟེ་སངས་རྒྱས་

ལྷའི་བདག་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་ཏུ་གསུངས་པའོ། །དམར་ནག་གི་རྒྱད་གཉིས་དང་གྲུང་  
ལས་རང་གི་ཕྱང་པོ་ལ་གསུངས་པས་ཅ་ལྷུང་གི་ཡུལ་ལ་རང་གི་ཕྱང་པོ་དགོས་  
སོ། །བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྷུང་བར་འབྱུང་བ་ནི། དེ་ལ་བརྟམས་པའང་སྒོད་པར་བྱེད་  
ན་ལྷུང་བའོ། །བརྟམས་སྒོད་བྱེད་ལུགས་ནི་ནག་པོ་བས་ཕྱང་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ཏུ་གནས་པ་དང་སངས་རྒྱས་སུ་སྦྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
པའི་མ་ཐུས་རྣམས་ལ་སོགས་པར་བྱས་པ་ལ་ནང་གི་སྦྱིན་སྲེག་གིས་མཆོད་ཅིང་  
བདེ་བས་བདེ་བ་བསྐྱབ་པར་བྱ་རྒྱུ་ལ། འགོག་པ་དང་གཡང་སར་མཆོང་བ་དང་  
དམན་པའི་བརྟུལ་ཁྲགས་དང་གནས་མིན་གྱི་བཟོད་པ་དང་ཡན་ལག་ཉིང་ལག་གཅོད་  
པ་དང་སྦྱང་བར་གནས་པ་དང་དཀའ་ཐུབ་དང་དཀའ་སྤྱད་སོགས་བྱེད་པ་བརྟམས་པའི་  
དོན་ཏུ་བཤད་དོ། །ཤུཌི་པས་སྐད་ཀྱི་ཚུལ་འདིས་ནི་ཕྱང་པོ་ལྷ་པོ་འདི་ཉིད་ལ་བྱང་  
ཐུབ་བཅོཅ་འབྲས་གྱིས་གནས་པའི་ཕྱིར་དང་། བདག་སྒོད་རོ་ཡིན་སྦྱེས་བྱའི་སྦྱིད་པ་  
འཛིག་པར་བྱེད། ཅེས་བཤད་པའི་ཕྱིར་སྤྱད་ཏུ་མི་རུང་བ་ལ་ཁུར་གྱི་ཕྱིར་ན་ཕྱང་  
པའོ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་སྒོད་པ་ལ་བཤད་དེ། མདོར་ན་རང་གི་ཕྱང་པོ་ལ་རྒྱད་པར་  
བྱ་བའི་བསམ་པས་གདུང་བའི་ཐབས་གང་ཡང་རུང་བའི་སྒོ་ནས་གདུང་བར་བྱས་  
པས་སྤྱག་བསྐལ་བར་གྱུར་བ་ནི་ཅ་ལྷུང་བརྒྱད་པའོ། །དམར་ནག་གི་རྒྱད་གཉིས་དང་  
གྲུང་ལས་ཕྱང་པོ་སྒོད་པ་ཅ་མ་ལས་མ་བྱུང་ལ། རྩོམ་སྤྱིང་པོ་རྒྱན་དང་མན་སྦྱེ་དང་  
འདུས་པའི་རྒྱན་དང་བཀའ་འགྲེལ་བརྒྱ་ཅན་ལས། རྒྱལ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་  
སྒོད་པ་ཞེས་འདི་དང་འབྲ་བར་འབྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་ལྷའི་བདག་ཉིད་ཅེས་པའི་ཁྱད་  
པར་སྦྱར་བའི་དོན་ནི་བརྒྱ་ཅན་ལས་གཉིས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྤངས་པ་ནི་ཕྱང་

མོ་ལྷ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྷ་ལ་དབྱེ་བ་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་འདིར་  
མངོན་པས་གཙང་མི་གཙང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཕུང་པོ་ལྷ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ལྷར་བསྒོམ་དུ་མི་བྱང་ངོ་ཞེས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་འབྲེད་པའི་བརྟན་པ་  
བྱས་ན་ཅ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་བའི་སྒོ་གཅིག་དང་ལྷར་བསྟན་པ་ལྷར་གྱི་སྒོ་གཅིག་སྟེ་ཕུང་པོ་  
ལ་བརྟན་པའི་ཅ་<sup>༡</sup>་ལྷུང་དུ་<sup>༢</sup>་འབྲ་བ་ལ་ལྷུང་བའི་སྒོ་གཉིས་ཡོད་པར་སེམས་  
སོ། །འདིར་ཅ་ལྷུང་བཀའ་འབྲེལ་ལས་དུག་ལ་སོགས་པས་རང་གི་སྒོག་བཅད་ན་ཅ་  
ལྷུང་ཡིན་ལ། སྒྲིབ་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་བཤད་པ་ནི་ནོར་བ་ཆེན་པོ་སྟེ་རང་གི་ན་ལྷུང་  
བ་བསྐྱེད་པའི་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་རྟ་དབྱངས་གྱིས་མཛད་པ་མི་སྣང་  
ངོ་། །རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས་ལྷས་མི་གཙང་བའི་བྲན་པ་ཉེར་གཞག་སྒོམ་པ་ལ་ཅ་ལྷུང་དུ་  
"བཤད་ཅི་བ་ལྷར་ལྷས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་མི་གཙང་བ་སོགས་སུ་འཛིན་པ་ཅ་ལྷུང་དུ་  
སྒྲིབ་བ་གཞན་ཡང་སྣང་མོད་ཀྱང་འཐད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཅེ་མོ་ལས། འཁྲིག་པ་བདུན་  
དང་ལྷན་པ་དག །མི་སྤྱག་བསྒོམས་པས་སྣང་བར་བྱ། ཞེས་མི་གཙང་བ་སྒོམ་པ་  
གསུངས་ཤིང་སྦྱོད་བསྐྱེས་ལས། དེས་པ་འདིས་ཤིན་ཏུ་སྒོས་པ་མེད་པའི་སྦྱོད་པ་ལ་  
འཇུག་པར་བྱའོ། །དེའི་དེས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དང་པོ་ཁོ་ནར་སྐྱབ་པ་པོས་  
འཁོར་བ་སྒོག་མ་མེད་པ་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བྲན་པར་བྱས་ལ་ཁྱུང་ན་ལས་འདས་  
པའི་བདེ་བ་འདོད་པས་འདུ་འཛི་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྣང་བར་བྱ་ཞིང་ཐ་ན་རྒྱལ་  
སྤྱོད་ཀྱི་དབང་སྤྱག་ལ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྒོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་མི་  
གཙང་བ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒོམ་པ་དུ་མ་སྤྱགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་ལས་གསུངས་པའི་

<sup>༡</sup> ལྷུང་དུ

<sup>༢</sup> བཤེད

ཕྱིར་དོ། ཅུ་ལྟར་དགྲུ་བ་བཤད་པ་ནི། རང་བཞིན་དག་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། ཤོམ་ཉི་  
ཟ་བ་དགྲུ་བ་ཡིན། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་  
དག་པ་སྟེ། རང་བཞིན་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོས་པ་དང་བྲལ་བ་ལོ། །མན་ངག་སྟེ་མ་  
ལས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་དང་།  
ཞེས་དང་། རྒྱུ་པས། དངོས་མེད་ཆོས་ཞེས་བྲུ་བ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་  
སྟེ་དེ་ལ་ནཱ་ཡང་མི་སྤང་དེ། ཐོས་ནས་སྟོ་རྩུང་དེ་ཡིས་འདི་ནི་སྟོང་བྱེད་དེ། སྤངས་  
ནས་སྐྱབས་མེད་གྱུར་པ་དེ་ནི་མནར་མེད་འགོ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རང་བཞིན་  
དག་པ་ལ་མི་འབྲ་བའི་བཤད་པ་མང་པོ་སྤང་ནའང་སྤེལ་ལེགས་སོ། །དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་  
རྒྱན་ལས། མིང་འདོགས་འབྱུང་བ་ནི་གཞུང་འདི་དང་འབྲལ་དབྱེ་ནག་ལས། ཁྱོང་བའི་  
ཆོས་ནི་སྟན་མི་གདོན། ཞེས་པ་ལྟར་ནག་པོ་པའི་འགྲེལ་པར་ཡང་བྱུང་ནའང་དེ་ལ་  
གསལ་ཁ་མི་སྤང་དོ། །དཔལ་འཛིན་གྱི་ནག་པོའི་དཀྱིལ་ཆོག་ཏུ། འཁོར་བའི་ཆོས་ནི་  
ཡོང་མི་སྤང་། ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་དོ། །འོན་ཀྱང་རྒྱུ་པས། དངོས་མེད་ཆོས་ནི་མི་སྤང་  
དོ། །ཞེས་འདོན་པ་དང་དཔལ་འཛིན་གྱི་དམར་པོའི་དཀྱིལ་ཆོག་ཁ་ཅིག་ལས་ཀྱང་།  
ངོ་བོའི་ཆོས་རྣམས་སྟན་མི་དབྱུང་། ཞེས་འབྱུང་བས་དམར་པོའི་རྒྱུད་ལས། བཅོམ་  
ལྷན་ཆོས་ནི་སྟན་མི་དབྱུང་། ཞེས་པའི་དོན་ནི་རྒྱུ་པ་ལྟར་བྱལོ། །འདུས་པའི་རྒྱན་  
ལས་དམ་ཆོས་དག་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཞེས་པ་དང་། བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་སྐལ་  
ལྷན་གྲགས་པས་མཛད་པ་ལས། ཐེག་ཆེན་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ཞེས་འབྱུང་ཡང་དོན་ནི་  
སྤར་ལྟར་བྱལོ། །བྲུ་བ་ཅི་ཞིག་བྲུས་པས་ལྟར་བར་འབྱུར་བ་ནི། དེ་ལ་སོམ་ཉི་ཟ་བ་སྟེ་  
ཡིད་མ་ཆེས་ནས་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། དམར་ནག་གི་རྒྱུད་ལས་སྟན་འབྱུང་བ་ལ་

གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྟོང་ཉིད་ཟབ་མོ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ནས། སྟོང་བ་ནི་  
ཅ་ལྟར་དགྲུ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་ནག་པོ་བས་བྱུང་མཐས་སྟོ་མ་བསྐྱར་བའི་བྲང་དོན་  
འདོད་པ་ལ་ངེས་དོན་སྟོན་པ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་བཤད་ནས་གཞན་གྱི་སེམས་སྟན་  
འབྱེན་པའི་ལོག་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ལ་བཤད་ཀྱང་ཤུ་ཉི་ཤ་ལྟར་ལེགས་སོ། །ཅ་ལྟར་བཅུ་བ་  
བཤད་པ་ནི། གདུག་ལ་ཏྲག་ཏུ་བྱམས་ལྡན་པར། བྱེད་པ་འདི་ནི་བཅུ་པར་འདོད།  
ཅེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་སྐྱ་མ་སྟོན་པ་དང་  
བསྟན་པ་འཛིག་པ་སོགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་མངོན་སྟོན་བྱ་བའི་ཡུལ་གདུག་པ་ཅན་  
ནམས་ཏེ་ངན་སོང་སྟོང་རྒྱད་ལས། སྐྱ་བས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་སྟོན་  
དང་། །སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་གནོད་བྱེད་དང་། །སྐྱ་མ་སྟོན་ལ་བཙོན་པ་  
ནམས། །མཁས་པས་བསྐྱེམས་ཏེ་གསད་པར་བྱ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །བྱ་བ་  
ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྟར་བར་འགྱུར་བ་ནི། དེ་ལ་མཛའ་བོར་བྱས་ནས་ལུས་དག་གིས་  
བྱམས་པར་བྱེད་ནའོ། །དེ་འདྲ་བ་དེ་ལ་མངོན་སྟོན་བྱེད་པའི་ཆེ་ནའང་སྤྲང་ཆེ་ཆེན་པོ་  
སྟོན་དགོས་པར་གསུངས་པས་སེམས་ཀྱིས་བྱམས་པར་བྱེད་པ་ལ་ལྟར་བར་བཅས་  
པ་མིན་ནོ། །སྐར་བཤད་པ་འདི་ལ་འགྲེལ་པ་གཉིས་དགོངས་པ་འདྲའོ། །འདི་ནི་དེ་ལ་  
མཛའ་བར་བྱས་པའི་ལྟར་བ་ཡིན་གྱི་དེ་ལ་མངོན་སྟོན་མ་བྱས་ན་ཅ་ལྟར་ཏུ་སྟོན་པ་  
མིན་ནོ། །འོ་ན་གདོང་བྱག་གི་རྒྱད་ལས། སྟོ་ལྡན་སྒྲུབ་པོས་སེམས་ཅན་ལ། །པན་པའི་  
སེམས་ཀྱིས་སྟོག་མི་གཙོད། ཅེས་གསུངས་ནས། གདུག་པ་ནམས་ལ་བསྒྲོག་ཏེ་བྱ།  
དངོས་སུ་འཕ་ཡང་ན་སྒྲགས་དང་གཞན། །འཁྲུལ་འཁོར་དང་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན། །སྟན་  
གྱིས་ཀྱང་ནི་བྱ་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་མི་བྱེད་དེ་ཡི་ནི། །དམ་ཆོག་ངེས་པར་ཉམས་པར་



འགྲུལ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་བསང་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
 ཁམས་རྣམ་དག་ལ་སོགས་པར་སྐྱེ་བར་བྱེད་ཅུས་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་སྤྱར་ཡང་ལུས་  
 ལ་འཇུག་ཅུས་ཤིང་“སྟོན་”དང་བྱི་མའི་མཐའ་ཤས་པའི་མངོན་ཤེས་དང་ལྡན་པ་  
 སྤྱིང་ཟེ་ཆེན་པོ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་”དེ་འལས་ཐབས་གཞན་གྱིས་  
 བསྐྱོག་མ་ཅུས་ན་དེའི་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུ་རིང་སྤྱོད་བ་དགག་པའི་ཕྱིར་དུ་  
 མངོན་སྤྱོད་བྱ་དགོས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་མངོན་སྤྱོད་མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་  
 མེད་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་དུ་མ་ཐད་བྱས་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེད་དེ།” སྟོན་ཉི་འབྱུང་གི་  
 འགྲེལ་པ་ལས། ལས་དེ་དག་ནི་རྣལ་འབྱོར་པས་ལུས་ལས་འཕྲོ་བར་བྱས་ནས་མཐོ་  
 རིས་སམ་རྣམ་པར་དག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ལ་སྐྱེ་བར་བྱེད་ཅུས་པའས། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཀྱང་ནས་གཞུག་པར་ཅུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ནའོ། །འོན་ཀྱང་འདི་གལ་  
 ཉེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་བཀག་ཀྱང་མི་སྐྱོག་ན། དེའི་ཆེ་སངས་  
 རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམས་ལ་མཐུན་པར་གསོལ་བ་བཏབ་ལ། སྤྱིང་ཟེ་  
 ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱུབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ལ་སོག་  
 གཅོད་པ་སོགས་ཀྱི་གངས་ངེས་ཀྱི་དམ་ཆོག་རྒྱས་པར་བྱི་མེད་འོད་ལས་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །འཇམ་དཔལ་ཙ་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། ཅ་ནག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་གཤིན་ཟེ་གཤེད་དངོས་  
 སུ་བྱུང་བ་ཞིག་གིས་མངོན་སྤྱོད་བྱས་པས་ཆེ་འཕྲོས་ནས་མཉམ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་  
 གསུངས་ན་གཞན་གྱིས་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཉེ། རི་སྐད་དུ། ཅ་ནག་ཀྱང་ཞེས་རྣམ་བསྐྱགས་

༡ མངོན་

༢ ད་

༣ སྟོན་

པ། །བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུས་ཁོ་ལོ་གྲུག། །ག་ཤིན་རྗེའི་ག་ཤེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི། །སྒོ་ངན་དེས་ནི་  
 དེ་ཡང་གྲུག། །དེས་ནི་ཁོ་བས་ཟེའ་གིས་ནོན། །སྒོག་ཆགས་དག་གི་འཆོ་བ་  
 བཅད། །དེ་ཆོ་ཀྱ་རྒྱལ་པོ་གསུམ་གྱི་བར། །ཤིན་ཏུ་མི་བཟང་སྤྲེག་པ་བྱས། །དེ་ནི་  
 ཏུས་རིང་འཆོ་བ་ཡི། །བྲམ་ཟེ་ངན་པ་འབྱུང་བར་འབྱུང། །དེ་ཡི་སྤྲེགས་གྱི་མཐུ་ཡིས་  
 ནི། །ལུས་དེས་ལྷ་མིན་སྤྲེན་པར་བྱེད། །ལྷ་མིན་ལུས་ལ་ཞུགས་ནས་ནི། །དེ་ནི་ཏུས་  
 རིང་འཆོ་བར་བྱེད། །དེ་ནས་ལུས་དེ་ཞིག་ནས་ཀྱང་། །མནར་མེད་དཔྱུལ་བར་ཡང་  
 དག་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་དེ་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་སྤྱ་གདུག་པ་ཅན་ཞིག་ཏུ་  
 སྒྲེ། དེ་ནས་འཕོས་ནས་རྩ་འབྱུལ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཡི་དྲགས་གྱི་རྒྱལ་པོར་སྒྲེ་བ་  
 སོགས་གསུངས་པའི་མཐར། དེ་བས་སྤྲེགས་གྱི་སྤྱབ་པ་ནི། །མངོན་སྲོད་དག་ནི་  
 ཡོངས་མི་བྱ། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས། །མངོན་སྲོད་རབ་ཏུ་  
 བཀག་པ་ཡིན། །སྤྱང་རྗེ་མཆོག་ལྷན་སངས་རྒྱས་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྩ་  
 འབྱུལ་ཆེ། །སྤྲེགས་ནམས་མཐུ་བསྟན་དོན་དུ་ནི། །ལས་ནམས་ཐམས་ཅད་བསྟན་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་སོ། །དེས་ན་འཇམ་པོ་གསུམ་མ་གཏོགས་དྲག་ལས་ནམས་པལ་ཆེར་  
 བཀག་པས་ན་སྤྲེགས་ནས་གསུངས་པ་ཅན་ལ་སྤྱད་བཏགས་ནས་འཇུག་པར་མི་  
 བྱའོ། །གཞུང་འདིར་གདུག་པ་ལ་བྱམས་པར་བྱས་པ་ལ་ལྷུང་བར་བཤད་པ་ལྟར་  
 དམར་ནག་གི་རྒྱད་དང་རྗེ་རྗེ་སྤྱང་པོ་རྒྱན་དང་མན་སྤྱང་ཡང་འབྱུང་ལ་སྤོམ་འབྱུང་གི་  
 འབྲེལ་བར། །གདུག་ལ་ཐོག་མ་བར་མཐར་བྱམས། །ཞེས་བྱམས་པར་བྱེད་པའི་ཏུས་  
 གྱི་བྱད་པར་ཡང་གསུངས་སོ། །འདུས་པའི་རྒྱན་ལས། །སྤང་ལ་བྱམས་དང་དག་པ་

བྲལ་བས། ཞེས་དེ་ལ་རྩ་ལྷུང་དུ་བཤད་ལ། རྩོ་བོས་མཛད་ཟེར་བའི་གཞུང་འདིའི་  
འབྲེལ་བར་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུང་མོད་ཀྱང་དོན་ནི་སྤར་ལྟར་བྱའོ། །བདུད་རྩི་རྒྱ་བ་དང་  
ལམ་གྱི་ཀ་རའི་འབྲེལ་བར་འདི་དང་རྩ་ཆེན་མི་མཐུན་པར་བྱུང་ཡང་དེ་དག་ནི་གཞུང་  
འདིའི་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རྩ་ལྷུང་བཅུ་གཅིག་པ་བཤད་པ་ནི། མིང་སོགས་བྲལ་  
བའི་ཆོས་རྣམས་ལ། །དེར་རྟོག་པ་ནི་བཅུ་གཅིག་པ། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་  
ཡུལ་ནི། དོན་དམ་པར་མིང་དང་སོགས་ཀྱི་སྤྲས་ཆེན་དང་དག་གི་བརྗོད་པའི་སྤྲོས་པ་  
ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཏེ་མན་སྟེ་ལས། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དང་དབྱས་  
ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ལ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དང་དབྱས་སུ་རྟོག་པ་དང་། ཞེས་བཅུ་  
གཅིག་པའི་དོས་འཛིན་ལ་གསུངས་ཤིང་སྟོམ་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བར་ཡང་། ཀུན་རྟོག་  
ཀུན་ལས་གྲོལ་བ་ནི་ཐོག་མ་དང་པར་དང་ཐ་མ་སྟེ་ཆོས་རྣམས་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་ཐོག་མ་  
ལ་སོགས་པའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བའོ། །ཞེས་དང་། སྟོང་ཉིད་དེ་དང་དེར་རྟོག་པ། ཞེས་  
བཅུ་གཅིག་པའི་སྤྲབས་སུ་གསུངས་པས་སོ། །རྟོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། སྟོང་བ་  
ཐལ་བྱུང་ལ་རྟོག་པ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྟོང་བ་ཐལ་བྱུང་ནི་རང་བཞིན་ཀྱི་སྟོང་བ་ཁོ་  
ནའི་ཆོས་རྣམས་ལ་རྟོག་ན་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །བྲལ་བ་ཅི་ཞིག་བྲས་བས་ལྷུང་བར་  
འབྱུང་བ་ནི། ཆོས་རྣམས་ལ་མིང་སོགས་ཀྱི་མཆན་མ་དར་རྟོག་པ་བྲས་ན་ལྷུང་བ་སྟེ་  
མན་སྟེ་དང་བསྟན་པའི་ནོར་ཐམས་ཅད་བ་དང་སྟོམ་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
ཡང་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་  
དབང་གིས་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་མི་སྟེ་བ་དགོས་ན་ནི་སྤྲབ་པར་མི་རུས་ལ། བྲལ་  
མཐའི་དབང་གིས་བདེན་པར་སྟོ་འདོགས་པ་ལ་བྱེད་ན་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སུན་

ཕྱང་ནས་དོར་བ་དགྲ་བ་དང་བྱང་པར་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་དགྲ་བ་སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་  
བཀའ་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པའི་ཕྱང་བ་ཡིན་ན་དྲག་པར་འགྱུར་བས་སོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་  
ཆོས་བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་རྟེན་ནས་ལྷ་བ་དེ་རྒྱན་དུ་བསྟེན་དགོས་པ་ལས་དེ་མ་  
བསྟེན་ན་ཕྱང་བར་བཅས་བ་ཡིན་ཏེ་རྩོམ་གྱིས་མཐའ་གཉིས་སེལ་བ་ལས། དེ་ཡང་  
སྤྲུགས་པ་དག་གིས་སྤྲུགས་ལ་སྐྱོར་བ་ནི། དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་སྐྱུ་མ་དག་འདྲ་བར་ལྷ་བ་དང་མི་འབྲལ་བས་གནས་པ་  
ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། མང་དུ་སྤྱོད་བ་འདིར་ཅི་དགོས། །དོ་རྩེ་ཐེག་བར་དེ་ཉིད་ནི། །ནལ་  
འབྱོར་པ་ཡིས་གང་གང་དམིགས། །དེ་དང་དེ་ནི་སྐྱུ་མར་བཟླ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་  
བུའོ། །དེ་ལྷར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱུ་  
མ་དང་འདྲ་བར་ལྷ་བ་དང་མ་བྲལ་བས་ཉོན་མོངས་པ་ཆོགས་མེད་པར་སྟོང་བ་དང་  
དགེ་བ་ལ་རྫོམ་སེམས་ལ་སོགས་པ་འདོར་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་འདིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་མ་ལུས་པ་འཛོལ་བས་ན་སྤྲུགས་ལ་གནས་པས་ཡོན་  
ཏན་ཐམས་ཅད་འཛོལ་བའོ། །ཞེས་ལྷ་བ་དང་དུས་རྒྱན་དུ་མི་འབྲལ་བར་བྱ་དགོས་  
པར་གསུངས་ནས་དེ་ལྷ་ཡིན་ཡང་དབྱ་མ་པ་དང་བྱང་པར་སྟོན་པ་ནི། དེའི་རྩེས་ནས་  
དེ་ལྷ་བུ་དེ་ནི་དབྱ་མ་པས་ཀྱང་“འདོད་”པ་ཉིད་དེ་བདག་ནི་མཉམ་པར་བཞག་པའམ་  
ལངས་ཞེས་རྫོམ་སེམས་མེད། ཅས་པ་དང་། ཇི་ལྷར་དྲག་དང་འདྲེས་པའི་ཁ་ཐས་  
བཟང་བ་བ། །དཀར་པོའི་ཆོས་ལ་དམིགས་པའང་དེ་འདྲར་རྒྱལ་བས་གསུངས། །ཞེས་  
བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་

༡ འདད

དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱུ་མ་དང་འབྲ་བར་བཟུ་བར་གསུངས་ཀྱི། དེ་  
 ལས་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བདེན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་ལམ་དེར་ནི་སྒྲོམ་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་བཟུས་ན་སྒྲོམ་པ་ཉིད་ཉམས་པ་ཞེས་མ་བཞག་ལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཞིན་ཏུ་གཡེལ་བས་བརྒྱ་ལམ་ན་ཉེས་པ་དེ་འབྱུང་བ་དང་འབྲལ་བ་ཡིན་  
 ལ། ལམ་འདིར་ནི་སྦྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆིག་ལས་འགལ་ཏེ། ཞེས་པ་དེ་དང་བྲལ་  
 བན་ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆིག་ཉམས་པར་བཞག་པས་ན་དེས་འཛིགས་པས་བསྐྱུ་ཏེ་རྟག་  
 ཏུ་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་དང་འབྲལ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་བྲལ་བར་སྦྱང་ན་ཡང་བག་ཡོད་པས་  
 སྒྲོམ་ཞིང་འཆགས་ལ་ཡང་སྦྱོར་བས་ན་རྟག་ཏུ་མ་བྲལ་བ་སྟེ། དེ་“བས་ན”འི་ལྟར་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་ཐུགས་དངོས་སོར་འཛིན་པ་ལས་རྟག་ཏུ་དབེན་པ་ལྟར་སྐྱགས་  
 པའི་ཞེས་པ་ཡང་རྟག་ཏུ་དངོས་སོར་འཛིན་པ་ལས་གྲོལ་ཞིང་སྦྱུ་མ་དང་འབྲ་བར་རང་  
 བཞིན་གཅིག་པ་ལས་མི་བྱེད་པས་འདི་ནི་རྟོ་རྩེའི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ལམ་གཞན་  
 པས་སྦྱར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་སོ་འདི་ནི་དབང་སོ་རྣོན་སོའི་དབང་དུ་  
 བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །འདི་ལ་སྦྱང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་རིགས་འབྲ་བར་མ་ཆད་དུ་  
 དགོས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བས་དེ་མ་ཡིན་ཀྱི་ལྟ་བའི་ཅི་ན་རེ་བཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 མེད་ན་སྦྱར་དམ་ཆིག་ཉམས་པའི་ཉེས་པ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་མོད་ཀྱང་ཅ་ལྟར་དུ་མི་  
 འབྱུར་རོ། །དེས་ན་ཅ་ལྟར་དུ་འགྲོ་བའི་ཆད་ནི་གཞན་ནས་བཟུང་བ་མི་སྤང་བས་རྩོ་  
 བོས་མཛད་ཟེར་བའི་ཅ་ལྟར་གི་འགྲེལ་བར། མིང་སོགས་བྲལ་བའི་ཆོས་ནི་འོད་  
 གསལ་བ་དང་ཟུང་དུ་འབྲུག་པའོ། །དེར་རྟོག་པ་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་མི་

མཐུན་པར་གཞན་ཏུ་རྟོག་པས་ཉིན་མཆན་འདས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཉིད་  
ལེགས་སམ་སྦྲུམ་མོ། །དེས་ན་སྤྲལས་ཀྱི་སྒྲོམ་ལྡན་སྤྲུངས་ན་སྟོང་ཉིད་གོ་བྱས་པའི་  
ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ན་ཆོས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་མ་བཅའ་ན་རྩ་ལྟུང་མི་འབྱུང་  
ཡང་ཉེས་པ་ཞིག་འབྱུང་བར་གསལ་ལ་ལྟ་བུ་ཉེས་ནས་ནི་སྤར་ལྟར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་  
ལྟ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བུ་གོ་མ་གོ་གང་ཡིན་ཡང་སྤྲལས་ཀྱི་སྒྲོམ་ལྡན་གྱིས་མཆན་འདི་ན་  
གཙོད་པའི་ལྟ་བུ་དང་མི་འབྲལ་བར་མ་བྱས་ན་རྩ་ལྟུང་ཏུ་འབྱུང་རོ་ཞེས་བསྐྱབ་པ་  
འཆའ་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་ལོ། །འོན་དབུ་མ་ཁོ་ནའི་ལྟ་བུ་དགོས་སམ་སེམས་ཅམ་གྱི་ལྟ་  
བས་ཀྱང་ཆོག་སྦྲུམ་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིན་པོ་ཆེ་སྤར་བའི་རྣམ་བཤད་ལས། སྤྲལས་ཀྱི་  
ཚུལ་ལ་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་སྤྲོ་བ་དང་དབུ་མ་པའི་འདོད་གཞུང་གཙོ་བོར་གྱུར་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དཔལ་དག་དབང་གྲགས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་དབུ་མེམས་  
གཉིས་གང་རུང་གི་ལྟ་བས་ཆོག་གོ། །འཕགས་པའི་ཡུལ་ཏུ་རྣམ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ལྟ་  
བུ་འདི་ན་པའི་རྟོ་རྟེན་སྟོབ་དཔོན་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་ཏུ་མ་ཞིག་བྱོན་སྤར་བས་རྩ་ལྟུང་  
དབུ་བ་ཡང་སྤྱིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཅམ་སྤྲན་སྤར་བ་ལ་བྱའི་དབུ་མེམས་པན་ཚུན་  
ཏུ་བྱུང་མཐའ་ལ་སྤྲན་འབྱེན་མཛད་པ་རྣམས་ལ་མི་བྱའོ། །རྩ་ལྟུང་འདི་ལ་འདུས་པའི་  
རྒྱད་ལས། ཆོས་ལ་མཐའ་གཉིས་སྟོ་འདོགས་པས། ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་སྤར་མ་རྣམས་  
དང་མཐུན་ཞིང་དམར་ནག་གི་རྒྱད་ལས་ཆོས་ལ་ཆད་འཇལ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
གསུངས་ཤིང་། གྲུང་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ལ་ལྟ་རྟེན་པས་ནི་ཆོས་ཀྱན་རྩོམ་གྱི་  
བདེན་པ་ཐེ་ལྟར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ལུང་དང་མན་དག་མེད་པར་རང་དགར་རྟོག་  
གོ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་པ་ལ་བཤད་དོ། །ནག་པོ་པས་དོན་རང་གི་མཆན་ཉིད་

རིག་པའི་རྟོགས་པའི་ཆོས་མིང་ཆོག་ཡི་གེ་དང་བད་དང་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཡིན་མིན་ཚད་པ་དང་ཡོད་མེད་དུ་རྟོག་པ་དང་གཞན་ལུང་  
རིགས་ཀྱིས་བྲིད་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཟར་འབྱུག་པ་ལ་འཆད་དོ། །འོན་ཀྱང་རྒྱད་སྟེ་དེ་  
ནཱ་ས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པའི་གཞུང་འདི་མཛད་པའི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ནི་ཅུ་  
ཀ་ར་དང་བྲི་མེད་སྤྲས་པ་དང་རྩྭ་རྟེན་ཏ་ལ་སོགས་པ་མང་པོས་སྤར་ལྟར་བཀའ་བ་  
ཡིན་པར་སྤར་བས་འདིར་ནི་གཞུང་འདིས་བཀའ་བ་འདི་ལ་ཆད་མར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
ན་ཆོས་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་མ་བསྐྱེདས་པར་ཞག་གཅིག་འདས་ན་ཅ་  
ལྟར་བཅུ་གཅིག་པའོ། །ཅ་ལྟར་བཅུ་གཉིས་པ་བའདད་པ་ནི། སེམས་ཅན་དད་དང་ལྷན་  
པ་ཡི། །སེམས་སྤྱན་འབྲིན་པ་བཅུ་གཉིས་པ། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི།  
དམར་ནག་གི་རྒྱད་དང་དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་དང་མན་སྟེ་དང་འདུས་པའི་རྒྱན་ནཱ་ས་  
འདི་དང་འབྲེལ། གྲུང་ལས། སྐལ་ལྷན་སེམས་ཅན་ཞེས་འབྱུང་བས་ལམ་གྱི་སྟོད་དུ་  
རུང་བའི་སེམས་ཅན་དད་པ་དང་ལྷན་པའོ། །དད་ཚུལ་ནི་ནག་པོ་པས་མ་བའདད་ལ་  
ཤུནྟེ་པས། དད་ལྷན་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་གི་པའི་བགོ་སྐལ་གྱི་ཡུལ་ལ་  
རབ་ཏུ་དད་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པས་རང་གི་ཆ་མས་སྟོབ་མ་ལ་བགོ་བའདད་བྱེད་  
པའི་གདམས་པ་ལ་རབ་ཏུ་དད་པའོ། །དེ་ཡང་སྐབས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐེག་པ་མཆོག་  
གི་ལམ་སྟོན་པ་ལ་བྱའོ། །བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྟར་བར་འབྱུང་བ་ནི། དེ་རྩེ་སྟོང་པོ་  
རྒྱན་དང་གྲུང་དང་མན་སྟེ་དང་འདུས་པའི་རྒྱན་དང་སྟོམ་འབྱུང་གི་འགྲེལ་པ་ནཱ་ས་  
འདི་དང་འབྲེལ་དམར་ནག་གི་རྒྱད་ལས་སེམས་ཅན་དེ་སྟོབ་པ་ལ་བའདད་པ་ནི་ནག་པོ་  
པས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་མཛད་ལ། ཤུནྟེ་པས་དད་ལྷན་སེམས་ཅན་བརྗོད་པ་ཡིན། ཞེས་

པར་འདོན་ཞིང་དེའི་སེམས་སྒྲོག་ལུགས་མ་བཤད་དོ། །འོན་ཀྱང་འདུན་པ་སྒྲོག་འདོད་  
ཀྱི་བསམ་པ་པས་དེའི་སེམས་སུན་འབྲིན་པ་བྱས་ནས། །འདི་ལ་འདུན་པ་ལོག་པ་  
དགོས་སམ་མི་དགོས་ཤེ་ན། འགྲེལ་པ་བདུན་ཅིའི་ཚུ་རྒྱན་དང་བདུན་ཅི་སྒྲ་བ་དང་རྒྱ་  
ཆེར་འགྲེལ་རྒྱུ་མས་ལས་ལོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འཆད་དེ་རྩ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་བ་ལ་  
དེ་དགོས་པ་འདྲའོ། །ནག་པོ་པས་གྲེ་སྤང་སོགས་ལ་གཡོ་བྱེད་པ་དང་སྒྲ་མ་དང་  
འབྲུལ་འཁོར་གྱི་སྒྲོར་བས་སྒྲ་བ་དང་ཆོས་ལོག་བསྟན་ནས་སྒྲ་བ་སོགས་ལ་བཤད་  
ནས་དེ་དག་གི་ནང་ནས་རྩ་ལྷུང་གང་ལ་སྦྱེད་པའི་གསལ་ཁ་མ་མཛད་དོ། །འོན་ཀྱང་  
ཤུ་ཉེ་པས་གཞུང་འདི་དང་མཐུན་པར་སེམས་སྒྲོག་པ་ནག་པོའི་རྒྱད་ཀྱི་དོན་དུ་བཤད་  
པ་ལ་མཁས་པ་གཞན་ཡང་འིན་ཏུ་མང་བར་སྤྱང་བས་སེམས་སུན་སྤྱང་བའི་རྩ་ལྷུང་  
དུ་བྱས་ན་ལེགས་པར་མངོན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོད་རུང་གི་སེམས་ཅན་  
ཐེག་པ་མཆོག་གི་གདམས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་དད་པ་ལ། དེའི་འདུན་པ་སྒྲོག་འདོད་ཀྱི་  
སེམས་སུན་འབྲིན་པའི་ཐབས་བྱས་ནས་འདུན་པ་ལེག་ན་རྩ་ལྷུང་བཅུ་གཉིས་  
པའོ། །རྩ་ལྷུང་བཀའ་འགྲེལ་སོགས་ནས་དད་ལྡན་ལ་ཆོས་ལོག་པར་བསྟན་པ་འདིའི་  
དོན་དུ་འཆད་ཀྱང་དེ་ནི་སྒྲོམ་པོར་གསུངས་པས་འདིའི་སྐབས་དོན་དུ་མི་སྤང་རོ། །རྩ་  
ལྷུང་བཅུ་གསུམ་པ་བཤད་པ་ནི། དམ་ཆོག་ལ་ནི་རི་བཞེན་རྟེན། །མི་བསྟེན་པ་ནི་བཅུ་  
གསུམ་པ། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས། གླ་མེད་ཀྱི་རྩ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་ཚུལ་དང་། ལྷ་ཤྱེར་  
རྒྱད་ཀྱི་རྩ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ནི། དམ་ཆོག་ཅེས་པ་  
སྟེ་སྦྱིར་བཟའ་བསྐྱར་གི་དམ་ཆོག་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་འདིར་བཟའ་བ་དང་ཡོངས་སྦྱོད་  
པའི་དམ་ཆོག་ལ་དུ་རི་ཀ་པས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱའོ། །ཤུ་ཉེ་པས་བདུན་ཅི་ལྟའི་དམ་



རྒྱུ་འབྱུང་གིས་བསྐྱབས་ནས་མི་སྤྱོད་པ་ལ་བཤད་པ་ནི་ཕྱོགས་གཅིག་མཆོན་པ་  
ཅམ་མོ། །བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་ནི། དམ་ཆིག་གི་རྒྱས་དེ་ལ་རི་  
ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མི་བསྟེན་ནའོ། །དམ་རྒྱས་རི་འདྲ་བ་ཞེ་ན། དམ་ཆིག་ཅན་གྱིས་  
བསྐྱབས་པ་ལས་རྟེན་བའམ་ཐོབ་པའོ། །འདི་ནི་ཆོག་གས་འཁོར་རམ་དཔལ་པོའི་སྟོན་  
མོའམ་དབང་མོའི་སྟོན་མོའི་ཆོག་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་ཆེ་དམ་རྒྱས་བཟའ་བཏུང་  
ལ་ལྟ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབས་པའི་ཆེ་མི་གཅང་བའི་བསམ་པ་འཕམ་ཐེ་ཆོམ་ཐོས་ནས་  
དང་དུ་མི་ལེན་པའོ། །སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། འདོད་པའི་བསྟེན་བཅོས་ལས་འབྱུང་  
ལྟར། །གཉིས་ཀའི་ལོགས་སྤྱོད་ལ་རབ་གནས། །པན་ཚུན་དམ་ཆིག་གཏམ་སྤྱི་  
ཞིང་། །དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་འོངས་པ་དང་། །མདོར་ན་ཅ་བ་ཉམས་འགྱུར་  
བས། །འབད་པས་དམ་ཆིག་ལོགས་བྲན་བྱ། །ཞེས་ཆོག་གས་འཁོར་གྱི་སྐབས་སུ་རིག་  
མས་འདོད་པ་བསྐྱབས་པ་དང་དུ་མ་སྤངས་ན་ཅ་ལྷུང་དུ་བཤད་དེ་རྒྱུད་ནས་བཤད་པ་  
ལྟར་གྱི་རིག་མ་བསྟེན་པའི་རྒྱས་པ་ཐོབ་པ་དང་དགག་བྱ་གཞན་མེད་པའི་རྟེན་འགའ་  
ཞིག་ལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་སྐབས་གཞན་དུ་འང་དམ་ཆིག་ཉམས་པར་འགྱུར་བར་སྤྱི་  
ལ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་མི་རྒྱས་པ་དང་རབ་བྱུང་གིས་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་  
ལ་རྟེན་པ་ཅམ་བྱ་སྟེ། དམ་ཆིག་ལྟ་བུ་ལས། ཕྱི་རོལ་དམ་པའི་ཕྱག་རྒྱས་འཁྱུད། །རང་  
གི་སྟོབ་མས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར། །དེས་ཀྱང་རང་རིག་མ་ལ་འཁྱུད། །མི་རྒྱས་བསམ་  
གཏན་དག་གིས་བྱ། །ཞེས་དམིགས་བསམ་ལ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟོ་རྟེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་  
ལས། དམ་ཆིག་དང་ལྟན་ཅེ་མི་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པ་ཡང་དེ་འདྲ་བ་ལ་དགོངས་པ་  
འདྲའོ། །དམ་ཆིག་རྟོ་རྟེ་དང་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་བསྐྱུང་བའི་

དམ་ཚིག་མི་བསྟན་པ་ལ་བཤད་པ་ནི་ལེགས་པར་མ་མཐོང་ངོ་། །ལྷུང་བ་འདིའི་མིང་  
འདོགས་ནི་མན་སྟེ་དང་འདུས་པའི་རྒྱན་དང་སྟོན་འབྱུང་གི་འགྲེལ་པར་ཡང་འདི་  
བཞིན་དུ་འབྱུང་ངོ་། །གཉིས་པ་ལ་ཡུལ་ནི། དམ་ཚིག་ཅེས་པ་སྟེ་དོན་དང་བྱིལ་བུ་དང་  
ལག་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་ནི།  
དོར་བྱིལ་དང་ཕྱག་རྒྱ་ལ་སྟེ་ནས་དེ་དག་མི་བསྟན་པར་དོར་ན་ལྷུང་བའོ། །སྟོན་ཚུལ་  
ནི་དཔལ་མཚོག་དུས་བྱ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། དད་པ་མེད་པས་བཞད་གང་  
བྱེད། ཅས་གསུངས་པ་ལ་དོན་དེ་ལ་སོགས་པ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟོན་པ་ཁོ་ན་གཙོ་  
བོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ལག་པ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟེ་  
བོའི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་གནས་ནས་སྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་དམ་ཚིག་ལས་འདས་  
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷུང་ཡིན་ལ་དེ་དག་ལ་པམ་པར་གསུངས་པ་ནི་སྤར་བྲངས་  
ཟིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ནི་བྱུང་གསོད་ཡིན་པས་དེའི་ལྷུང་བ་ནི་ཅ་ལྷུང་གཉིས་པ་ཡིན་  
ཀྱི་བཅུ་གསུམ་པ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ་ཅ་ལྷུང་གཉིས་པ་ནི་འདི་ཅམ་ལས་  
འདས་ཀྱང་ཉེས་པ་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར་ཞེས་བཅས་པ་བྱུང་དུ་གསལ་ནས་བཅས་  
མཚམས་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་སྤར་དཔལ་མཚོག་འགྲེལ་བའི་ལྷུང་བྲངས་  
པ་ལྷུང་ཡིད་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པ་ཡོད་ན་དེ་ཅམ་གྱིས་དོར་བྱིལ་སོགས་ཀྱི་  
དགོས་པ་འགྲུབ་པས་དེ་དག་མི་དགོས་སོ། །ཞེས་དམ་ཚིག་བསྟན་པ་དོར་བ་ཡིན་  
པས་བྱུང་བར་ཆེ་བའི་བྱིར་ངོ། །སྤར་མ་ནི་འོག་མ་ལ་བཅས་པའི་ཅ་ལྷུང་མིན་ཡང་འདི་  
ནི་གཉིས་ཀ་ལ་ཅ་ལྷུང་དུ་འགྱུར་སྟུང་སོ། །དམར་ནག་གི་རྒྱད་ལས། ཉག་ཏུ་དམ་ཚིག་  
བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་དམ་ཚིག་མི་བསྟན་པའི་ལྷུང་བར་བཤད་དོ། །སྤར་བཤད་པ་དེ་

འདྲ་བ་ནི་ཙུང་བཅུ་གསུམ་པ་ལོ། ཙུང་བཅུ་བཞི་པ་བཤད་པ་ནི། ཤེས་རབ་རང་  
བཞིན་བྱད་མེད་ལ། སྟོན་པར་བྱེད་པ་བཅུ་བཞི་པ། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་  
ཡུལ་ནི། བྱད་མེད་ཀྱི་ཚུ་ལ་འཛིན་པའི་དོན་རྗེ་ཐག་མོ་སོགས་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་  
རྣམས་དང་། བྱད་མེད་མཆོན་ཉིད་པ་གང་ཡག་རུང་བ་གཅིག་གོ། ཤེས་རབ་ནི་བདེ་  
བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ། རང་བཞིན་ནི་འདིར་འབྱུང་བའི་དོན་ཉེ་རྣམ་འཁྱོང་བ་  
ལ་དེ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་ཐོར་གསུངས་པ་ལོ། །བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པས་ལྷུང་  
བར་འབྱུང་བ་ནི། དེ་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་ནའོ། །སྟོན་ལུགས་ནི་སྤྲོ་མ་ལ་སྟོན་གདགས་  
འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་གིས་སྟོན་གང་ཡང་རུང་བ་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། བྱི་མ་ལ་ནི་སྟོན་  
གདགས་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་གིས་བྱད་མེད་ཀྱི་རྟེན་སྤྱི་ལ་སྟོན་ཆིག་ཏུ་འགྲོ་བའི་སྟོན་  
བརྗོད་བྱས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱད་མེད་ཀྱི་གོ་བ་དགོས་པར་བདུད་ཅི་ཟླ་བ་དང་ལུ་ཀ་  
རས་བཤད་པ་ནི་བྱི་མ་ལ་དགོས་པའི་སྤྲོ་མ་སོ། །དུས་འཁོར་དང་དྲ་རི་ཀ་པས་བྱད་  
མེད་སྤྱི་ལ་བཤད་ཅིང་མན་སྟེ་དང་“སྟོན་ཀྱི་འབྱུང་གི་འགྲེལ་པར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་  
འབྱུང་བ་ནི་གཞུང་འདི་དང་མཐུན་པར་སྤང་ལ། སྤར་ཀ་མ་རྟེ་བྱའི་ལུང་བྲངས་པ་ལྟར་  
དང་དགྲ་ནག་གི་འགྲེལ་པ་གཉིས་ལས་ཀྱང་དོན་རྗེ་ཐག་མོ་ལ་སོགས་པ་བྱད་མེད་ཀྱི་  
གཞུགས་འཛིན་པ་ལ་སྤང་བ་ཙུང་དུ་བཤད་པ་ནི་རྒྱུད་སྟེ་གཉིས་ཀའི་སྤྲོ་མ་ལོང་  
ངོ། །འདིར་དམ་ཆིག་དོན་རྗེས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དང་རང་གི་བྱུག་རྒྱའི་བྱད་  
མེད་ལ་སྤང་བ་ལ་ཙུང་དང་བྱད་མེད་གཞན་ལ་ཤན་འདྲ་རུ་མཛད་ཅིང་འདུས་པའི་  
རྒྱན་ལ་སོགས་པ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་རང་གི་རིག་མ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྤང་བ་ལ་

བཤད་པ་སྒྲུབ་ན་པར་རང་གི་ལུགས་ནི་རང་གི་ཕྱག་རྒྱ་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱེ་བའི་བྱང་པར་ཡོད་  
མོད་ཀྱང་ཅ་ལྟར་དུ་འགྲོ་བའི་མཆོམས་སྡེ་མ་ལྟར་དོ། །ཤུའི་པས་ཚོད་པའི་དུས་འདིར་  
འགྲོ་བ་རྣམས་བྱང་མེད་ལ་རབ་ཏུ་ཞེན་པས། དེ་རྣམས་གདུལ་བའི་ཕྱིར་བྱང་མེད་དུ་  
སྦྱལ་བའི་ལྷ་རྣམས་འདི་ན་གནས་པས་མི་སྟོད་ཅེས་སམ་བྱང་མེད་ཀྱི་ཁོད་ན་དོ་ཟེ་  
མག་མོ་སོགས་གནས་པས་དེས་ན་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པས་བྱང་མེད་རྣམས་ལ་མི་  
སྟོད་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར་བཅས་པའི་སྤྱི་མཆོམས་འཛིན་པ་ལ་བྱང་མེད་ཅམ་ནས་  
བྱེད་པར་གསལ་ལོ། །དེས་ན་འགྲེལ་བ་དེར་གོང་དུ་དོ་ཟེ་མག་མོ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
བྱང་མེད་དུ་བཤད་ཀྱང་དེ་དག་ཁོ་ན་ལ་བཞེད་པ་མིན་ནོ། །ཡང་ཤུའི་པས་དེ་ལྟར་  
འགྲུབ་པའི་ཤེས་བྱེད་དུ་འདུས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉོག་ལས། ཆངས་པ་སྤུན་སྦྲུལ་ཆོགས་  
པའི་དབང་སྤྱལ་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལུས་བརྒྱན་ཏེ་བྱང་མེད་དུ་བསྐྱུར་ནས་རྒྱལ་བ་ཆེ་  
དཔག་མེད་ཀྱི་སྤྱན་རྒྱན་འཁོད་པ་ལ། བརྒྱ་བྱིན་གཙུག་ལྷན་འཛིན་གྱིས་སྤྱད་མོད་དེ་  
བཞེན་ག་ཤེགས་པའི་སྤྱན་རྒྱར་མ་འདུག་ཅིག །བག་མེད་པར་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་  
སོགས་སྒྲས་པ་ན། སངས་རྒྱས་དེས་སྤྱི་དབང་པོ་ཉོགས་ལ་སྒྲོས་ཤིག །ཁྱོད་ལ་  
དེས་མི་སྤྱལ་པའི་འབྲས་བུར་གྱུར་ཏེ་འདི་ནི་དེ་བཞེན་ག་ཤེགས་པ་ལ་མཆོད་པའི་  
ཕྱིར་དུ་བྱང་མེད་དུ་སྦྱལ་བ་ཡིན་གྱི། འདི་ལ་བྱང་མེད་ཅེས་མ་བརྟོད་ཅིག་ཅེས་བཀའ་  
སྤྱལ་བ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དེ་ལ་བཟོད་པར་གསོལ་ཞེས། དེ་སྐད་སྒྲས་པའི་འབྲས་  
བུ་མི་སྤྱལ་བ་ཐོབ་བར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲས་སོ། །དེ་ནས་བྱང་མེམས་སྣང་མོ་ཅན་  
གྱིས་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དེ་མ་བཤགས་ན་རྣམ་སྤྲིན་ཅེ་འདྲ་བར་འགྱུར། ཞེས་ཞུས་པ་  
དང་། མ་བཤགས་ན་ཆེ་རབས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དུ་བྱང་མེད་དུ་སྦྱེའོ། །དེས་ན་དག་

གི་ལས་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དངས་སོ། །དམར་ནག་གི་རྒྱད་དང་  
དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་བྱད་མེད་ལ་སྟོན་པའི་ཉེས་པར་བཤད་ལ། གྲུང་ལས་བཅུན་  
མོ་ནཱ་ས་ལ་བརྟམས་པ་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ་། །བྱད་མེད་རང་བཞིན་པ་ལ་སྟོན་པའི་རྩ་  
ལྷུང་ནི་ནཱ་འཁྱོར་རྒྱད་ལ་མི་སྦྱར་རོ། །འདིར་ཁ་ཅིག་བྱད་མེད་ཀྱིས་ནི་སྦྱེས་པ་ལ་  
སྟོན་ན་རྩ་ལྷུང་དུ་སྦྱ་བཞི་རྒྱ་གཞུང་ཁུངས་མ་གང་ནས་ཀྱང་མ་བཤད་ལ་དོན་གྱིས་  
ཐོབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱད་དང་རྒྱ་འབྲེལ་ཁུངས་མ་དེ་དག་ནས་སྦྱར་བཤད་པ་ལྟར་  
འབྱུང་བའི་རྩ་ལྷུང་དེ་དག་ནི་སྦྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་རྟེན་སོ་སོར་མ་བྱེ་བར་སྒྲགས་  
ཀྱི་“སྟོམ་ལྷན་སྦྱིའི་ལྷུང་བར་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱར་བཤད་པ་དེ་འབྲ་  
བའི་ལྷུང་བ་དེ་ནི་རྩ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ད་ནི་རྩ་ལྷུང་ནཱ་ས་ཀྱི་བསྐྱུ་  
བཤད་པར་བྱ་སྟེ། ལྷུང་པ་འདི་ནཱ་ས་གསུངས་པ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་པ་ཆེན་པོ་ནཱ་ས་  
དགག་པའི་ཕྱིར་དུ་བཅས་པ་ཡིན་ལ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེས་པ་ནཱ་ས་འབྱུང་བའི་  
ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟར་རང་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་པོ་དང་། ཆོས་སྦྱབ་པའི་  
གྲོགས་དང་། ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་ཆོས་སོ། །དང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་  
འགོག་པ་ནི་ལྷུང་བ་དང་པོའི་བཅས་པའོ། །གྲོགས་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡང་དག་པའི་གྲོགས་  
དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གྲོགས་སོ། །དང་པོ་ལ་ལོག་པར་སྦྱབ་པ་འགོག་པ་ནི་ལྷུང་བ་  
གསུམ་པ་དང་བཅུ་གཉིས་པའི་བཅས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་མཛའ་བར་བྱེད་པ་འགོག་  
པ་ནི་བཅུ་པའི་བཅས་པའོ། །ཆོས་ལ་གཉིས་ཏེ་ལྷུང་དང་སྦྱབ་པའི་ཆོས་སོ། །ལྷུང་ལ་  
ཁྱད་གསོད་ཀྱིས་འཇུག་པ་དང་བཀའ་མ་ཡིན་ནོ་”ཞེས་སྦྱར་བ་འདེབས་པ་དང་།

བསྟན་པ་མི་འོས་པ་ལ་སྟོན་པ་འགོག་པ་ནི་ལྷུང་བ་གཉིས་པ་དང་བྱུག་པ་དང་བདུན་  
པའི་བཅས་པའོ། །སྒྱུབ་པའི་ཆོས་ལ་གསུམ་སྟེ། ལམ་གྱི་རྟེན། ལམ་གྱི་གོ་བོ། ལམ་  
གྱི་ཡན་ལག་གོ། ལམ་གྱི་རྟེན་ལ་གང་གི་ཆེད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་  
ལོག་པར་སྒྱུབ་པ་དང་སེམས་རང་གི་རོ་བོ་འདོར་བ་འགོག་པ་ནི་ལྷུང་བ་བཞི་བ་དང་  
ལྷ་པའི་བཅས་པའོ། ལམ་གྱི་རོ་བོ་ལ་གཉིས་ཏེ། བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་། རྫོགས་  
པའི་རིམ་པའོ། །དང་པོ་ནི་གང་ལྟར་སྟོམ་པའི་གཞི་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟུན་པ་འགོག་པ་ནི་  
ལྷུང་བ་བརྒྱད་པའི་བཅས་པའོ། །རྫོགས་རིམ་ལ་གཉིས། སྟོང་བ་ཉིད་དང་པོ་ནས་སྤང་  
བ་དང་རྟོགས་ཀྱང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འདོར་བའོ། །དེ་གཉིས་འགོག་པ་ནི་དགུ་བ་དང་  
བཅུ་གཅིག་པའི་བཅས་པའོ། ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ལ་གཉིས། ལམ་གྱི་གཞི་དམ་ཆོག་  
དང་། ལམ་གྱི་ཐོགས་བྱུང་མེད་དོ། །དང་པོ་མི་བསྟེན་པ་དང་གཉིས་པ་ལ་སྟོན་པ་  
འགོག་པ་ནི་ལྷུང་བ་བཅུ་གསུམ་པ་དང་བཅུ་བཞི་པའི་བཅས་པའོ། །རོ་བོས་མཛད་  
ཟེར་བའི་ཅ་ལྷུང་གི་འགྲེལ་པ་དང་ལ་ཁྲི་ཀརས་བྱས་པའི་འགྲེལ་པར་སྤྱད་ཆུལ་གཞན་  
ཡང་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་སྤང་འདོད་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས། བསྐྱེད་པའི་མན་ལོན་  
བསམ་པ་དང་། མ་བསྐྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ནི་སྒྲགས་པས་  
འདི་དག་སྤངས་ན་ནི། །དངོས་བྱུང་ངེས་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐོབ་  
པར་འགྱུར་རོ། །གང་ན་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་དོ། །གང་  
གིས་ན་གསང་འདུས་ཀྱི་བཤད་སྒྲུང་སྟེ་མི་པའི་མེ་ཉོག་གི་ལེའུ་བཙུང་བཙུང་བའི་  
འགྲེལ་པ་ལས། སྒྲགས་ནི་རང་གི་ལྟོ། །དེ་འདི་ལ་ཡོད་པས་ན་སྒྲགས་པ་སྟེ་དེའི་ར་  
ཆུལ་བརྟན་པར་གནས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གི་ལྟའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་

སྐད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལེ་སྐྱབ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །ཅི་ཞིག་བྱས་ན་འཛོལ་ཅེ་ན། སྐད་  
 བ་འདད་པའི་ཅ་ལྟར་འདི་དག་གིས་མ་གོས་པར་བྱས་ནས་སྤངས་ན་ནི་འཛོལ་སོ། །དེ་  
 ལྟར་བྱས་ན་ནི་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་དངོས་བྱུང་འཛོལ་པས་ན་ངེས་པར་ཞེས་སྟོན་པ་སྟེ་  
 ཀྱང་པ་གཉིས་པོ་དེ་དོན་སྟོང་པོ་རྒྱན་ན་སྤང་རོ། །དངོས་བྱུང་འབྲུག་ལུགས་ནི་ཐོང་  
 པའི་བཀའ་འབྲེལ་དུ་ས་ར་ཉ་ས། དེ་ཡང་གསང་པའི་མཛོད་ལས་གསུགས་པ། དབང་  
 བསྐྱར་ཡང་དག་སྟེ་ན་ལྟར་ལ། །སྟེ་དང་སྟེ་བར་དབང་བསྐྱར་འབྲུག། དེ་ཡིས་སྟེ་  
 བ་བདུན་ལ་ནི། །མ་བསྟོམས་པར་ཡང་དངོས་བྱུང་འཛོལ། །གང་ལ་སྟོམ་པ་དང་ལྟ་  
 ཞིང་། །གལ་ཏེ་དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་ལ་གནས། །སྟེ་འདིར་ལས་དབང་གིས་མ་བྱུང། །སྟེ་  
 བ་གཞན་དུ་དགོས་བྱུང་འཛོལ། །རེ་ཤིག་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ལ། །དངོས་བྱུང་ཐོབ་པ་  
 ལྟ་ཞོག་གི་མི་ཡི་སྟེ་བའང་ཉེད་པར་དགའ། །ཞེས་གསང་པའི་མཛོད་ཀྱི་ལུང་བྲངས་  
 པ་ལྟར་ཏེ་ཆེ་འདིར་འབད་པ་ཆེན་པོས་མ་བསྟོམས་ཀྱང་སྟེ་བ་བདུན་ན་དངོས་བྱུང་  
 འབྲུག་པ་དང་དེ་ཡང་རྣམ་འབྱོར་ཅུང་ཟད་སྟོམ་པ་དང་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་དག་པས་  
 འབྲུག་གི་དམ་ཆོག་ཉམས་ན་དགོས་བྱུང་འབྲུག་པ་ལྟ་ཞོག་ངན་འབྱོར་འབྱོར་བས་བདེ་  
 འབྱོར་ཡང་ཉེད་དགའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དམ་ཆོག་ལྟ་པ་ལས། གལ་ཏེ་ལྟར་བ་མེད་  
 ལྟར་ན། །སྟེ་བ་བཅུ་བྱུག་དག་ལ་འབྲུག། ཅེས་དང་། བེལ་ཏེ་ཅ་རྣམས་ཀྱང་། མ་བསྟོམས་  
 ལྟར་ཀྱང་ལྟར་མེད་ན། །སྟེ་བ་བཅུ་བྱུག་དག་ན་འབྲུག། ཅེས་གསུངས་པས་ཅ་བ་དང་  
 ཡན་ལག་གི་ཉིས་པས་མ་གོས་པ་འཇམ་གོས་ཀྱང་ཕྱིར་བཅོས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་  
 དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་དག་པར་བསྐྱང་ན་སྟེ་བ་བཅུ་བྱུག་ཚུན་ལ་མཆོག་འབྲུག་པར་

༡ ལྟ་  
 ༢ སྟོམ་

གསུངས་སོ། །བདུན་དང་བཅུ་དྲུག་གི་ཁྱད་པར་ནི་མི་བླ་ཏེ་ས་མ་བསྐྱོམས་གྱུར་ཀྱང་  
 ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་ལམ་སྐྱོམ་པའི་བཙུན་པ་དང་ལྷན་མི་ལྷན་ཡིན་ཏེ་སྤྲུལ་ལ་གང་  
 ཡང་སྐྱོམ་པ་དང་ལྷན་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ཡང་གཤམ་ཏེ་ལས་དབང་གིས་མ་  
 གྲུབ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆེ་འདི་ལ་མཆོག་འགྲུབ་མ་རྒྱས་པའི་ལམ་སྐྱོམ་པའི་  
 བཙུན་པ་ཅན་དམ་ཆོག་དག་པས་་་་སྒྲེ་་་བ་བདུན་ཅུན་ཆད་ལ་འགྲུབ་པའོ། །དེ་འབྲ་  
 བའི་དམ་ཆོག་དག་པ་ལ་རྩ་ལྷང་གིས་དག་བ་ཅན་གྱིས་མི་ཆོག་པས་ཡན་ལག་གི་  
 ལྷང་བ་སྐྱོམ་པོས་ཀྱང་དག་དགོས་ཏེ། རྟོ་རྟེ་སྤྱིང་པོ་རྒྱུན་ལས། དེ་ལ་སྤྲུགས་པ་ཡོངས་  
 འདས་ན། །ངེས་པར་བདུན་དང་ལྷན་པར་འགྱུར། །ནད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་འཕེལ་འགྱུར་  
 ཏེ། །བསྐྱར་མེད་སྤྱི་ལུ་ཚུགས་དཔུལ་བར་འགོ། །སྐྱོམ་པོ་ལྷང་བྱེད་ཉེས་དམིགས་  
 ཀྱང་། །དེ་དང་འབྲ་བར་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ལ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་དངོས་གྲུབ་ལྟ་  
 ཞོག་བདེ་འགོ་ཡང་ཆེད་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་རྒྱལ་བ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་  
 དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེས་བཞིན་དུ་སྤྱང་བས་ཡོན་ཏན་  
 གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་བདུན་ལ་སོགས་པས་སྒྲགས་མི་ཆེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 སྐྱོབ་དཔོན་རྣམས་ན་པོ་རྟེས་མང་དུ་བྱངས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་འབྱུང་བས་པན་ཡོན་དེ་  
 རྣམས་བསམས་ནས་དམ་ཆོག་དང་སྐྱོམ་པ་བསྤྱང་བ་ལ་སྐྱོ་བྲུགས་ཆེ་བར་  
 བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཞན་དུ་དམ་ཆོག་ལས་ཉམས་ན། །ཉམས་པ་བདུན་གྱིས་བརྒྱང་  
 བར་འགྱུར། །དེ་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་འགྱུར་ཞིང་། །ཐུར་དུ་བསྐྱས་ཏེ་དཔུལ་བར་  
 འགོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལྷང་བ་དེ་རྣམས་སྤང་བར་གསུངས་པ་ལས་གཞན་དུ་དམ་



ཆོག་སྟེ་བཅས་མཆོམས་ལས་འདས་ཤིང་ཉམས་ན་ཉམས་པའི་སྐད་སྐད་ལ་ཉེས་  
དམིགས་གཉིས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལ་ཆེ་འདིའི་ཉེས་དམིགས་ནི་བདུད་དང་ལོག་འདྲེན་  
ལ་སོགས་པས་འཛིན་པས་དེ་དག་གི་དབང་དུ་འབྱུང་ལ། དེ་ནས་ནི་བཟུམ་ཤིས་  
པའི་རྣམ་པ་སྣ་ཆོག་སྟེ་བཅས་ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་སྐྱུ་བ་བསྐྱེད་མང་དུ་སྦྱོང་བར་  
འབྱུང་བའོ། །ཆེ་བྱི་མའི་ཉེས་དམིགས་ནི་མཛོད་ལས། དཔུལ་བ་ཡི་ནི་སྤྱི་ཚུགས་  
ཡིན། ཞེས་བ་ལྟར་བྱུང་དུ་བལྟས་བ་སྟེ་བར་དེའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་འཇུགས་སུ་བྱས།  
སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་འགྲོ་བར་འབྱུང་ངོ་། །ཆེ་གསང་ཐིག་ལེ་ལས་  
ཀྱང་། སྐད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་དོན་འདོད་པས། །དམ་ཆོག་སྤྱང་ལ་བཙོན་པར་  
བྱ། །གཞན་དུ་བྱས་ན་སྐད་སྐད་མཁན་གྱིས། །སྐད་སྐད་ལ་སོགས་པའི་དོན་མི་  
འབྱུང། །ལྷ་རྣམས་ཀྱང་ནི་དམ་ཆོག་གི། །གསོལ་ཡང་བཞེས་སུ་མི་སྤང་སྟེ། །འཛིག་  
རྟེན་འདི་དུ་སྐྱུ་བ་བསྐྱེད་ཆེ། །འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་དཔུལ་བ་རྣམས། །དམ་ཆོག་སྦྱོང་  
བ་འདས་པ་ཡི། །སྦྱོངས་པའི་བདག་ཉིད་དེ་འཕྲོ་བོ། །སྦྱོབ་མ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་  
དུ། །ཆེ་གསང་སྐྱུ་བ་བསྐྱེད་འཕྱུར་ཏེ། །དེས་ན་སྐད་ཀྱི་དོན་མི་སྤྱིན། །ལྷ་རྣམས་  
ཀྱི་ནི་མཆོག་ཏུ་བདེ། །དམ་ཆོག་མེད་པའི་སྦྱོབ་མ་ལ། །ནམ་ཡང་སྤྱིན་པར་མི་འབྱུང་  
ངོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། །ལྷ་རྣམས་ཀྱང་ནི་“ཞེས་”སོགས་ཀྱི་དོན་ནི་རྣམ་པ་བཞིན་  
སྦྱོས་དང་“མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ། །ཕུལ་ཡང་བཞེས་པར་མི་འབྱུང་ངོ། །ཞེས་བྱངས་  
བ་ལྟར་དམ་ཆོག་རྣམས་ལས་འདས་ན་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་  
མཆོད་པ་ཕུལ་ཡང་མི་བཞེས་པའོ། །མཁའ་འགྲོ་ལ་སོགས་པས་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་

༡ ཞེས

༢ མ

ལ་འཆེ་བར་བྱེད་པ་དང་དེ་ལ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་མི་སྐྱོབ་པར་ཡང་གསུངས་ཏེ།  
བདེ་མཆོག་ཙུང་གི་སོ་བརྒྱད་པ་ལས། དམ་ཆོག་འཛོམས་ཤིང་རན་སྐྱོད་  
པ། །བྱམ་ཟེ་གསོད་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །སྤྲིག་སྐྱོད་མོངས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །བསྐྱུས་  
འགྱུར་རན་པའི་བདག་ཉིད་དེ། །མཁའ་འགོ་མ་ཡིས་ཐོས་གྱུར་གྱང་། །དེ་ལང་ནི་སྐྱོབ་  
མི་བྱེད། །གསང་བ་པ་ཡི་ནང་ན་ནི། །སྐྱུ་བ་པོ་དེ་ནི་སྤྲུགས་དང་འབྲ། །ཞེས་སོ། །འདི་  
མཁའ་འགོའི་སྤྲུགས་བག་མེད་པས་འདོན་པ་ལ་གསུངས་གྱང་དམ་ཆོག་གཞན་ལས་  
འདས་པ་ལ་ཡང་འབྲ་བས་རྒྱ་ན་པོ་རྟིས་སྤྱིར་དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་  
ཁྲངས་སུ་བྲངས་སོ། །དེས་ན་དོ་རྩེ་འཆང་གི་བསྐྱབ་པ་ལ་གནས་པས་བཞད་ཟེན་པའི་  
ཙུང་དང་འཆད་འགྱུར་གྱི་ཡན་ལག་གི་ལྟང་བ་རྣམས་སྔོང་བ་ལ་བཙོན་པར་བྱའི།  
དེ་ལྟར་ཤིང་ཐོག་ཀུན་མན་ད་ཕྱི་མཛེས་གྱང་ནང་རུལ་བ་བཞེན་དུ་བྱི་གསང་སྤྲུགས་  
པ་ལྟར་བཙོན་ནས་ནང་གི་དམ་ཆོག་དང་སྔོན་པ་ཉམས་པར་མི་བྱ་བར་ཨ་རྒྱ་ཀ་རས་  
གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱབ་སྟེ་མན་ངག་སྟེ་མའི་སྟེ་མ་ལྟ་བུ་ལས་ཙུང་དང་སྔོན་པོ་  
བཞད་ཟེན་པའི་དེ་མ་ཐག་དུ། དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ་གནས་པས་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་གཉིས་སུ་མེད་པ་སྔོན་དུ་བྱེད་  
པའི་གནས་སྐབས་ལས་འདིར་འོག་གི་གནས་སྐབས་སུ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་བསམ་  
ཀྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོར་བ་ལ་ཡིད་ཆེས་པས་དེ་ལྟར་འདོད་པར་སྐྱོད་  
པས་ཤིང་ཐོག་ཀུན་མན་ད་ནང་རུལ་བ་བཞེན་དུ་བྱི་རོལ་ཙམ་གྱིས་གནས་པར་མི་  
བྱའོ། །ཞེས་སོ། །འདི་ནི་བསྐྱན་པའི་ནོར་ཐམས་ཅད་པའི་སྐྱུ་བ་ཐབས་ལས་གྱང་  
གསལ་བར་གསུངས་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཛོན་དུ་མ་གྱུར་པའི་འོག་མའི་སྐབས་

སྤྱན་སྦྱེས་ཀྱི་ནཱ་འབྱོར་ལ་མོས་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ཆེས་གྱིས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་  
ནཱས་ལ་ཅི་རུང་རུང་དུ་འབྱུག་པར་མི་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཤུལ་པས་ཀྱང་དག་  
ནག་གི་འབྲེལ་བ་ལས། དེའི་ཕྱིར་ཙམ་པའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་འདི་དག་ནི་སྤྲགས་པ་  
ནཱས་ཀྱི་གནས་ཀྱི་གནས་ལྟ་བུར་མི་བཟད་པའི་གནས་ཡིན་པས་རབ་རྩ་ཡང་འབད་  
པས་བསྐྱང་ངོ་། །གལ་ཏེ་ཉམས་པ་ལྟ་ན་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལྟར་གསོ་བར་  
བྱའོ། །གཞན་དུ་ན་ཇི་ལྟར་ཤིང་ཏ་ལ་ཡ་ཐོག་བསྐྱམས་པ་ལྟར་སྤྲག་མའི་ནཱ་འབྱོར་  
ལ་སོགས་པས་འབྲས་བུ་འབྱིན་པར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་ཙམ་ལྟར་སྤོང་བའི་དམ་ཆིག་ནི་  
སྤྲགས་པ་ནཱས་ཀྱི་གནད་དམ་པ་ཡིན་པས་འབད་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་དང་པོ་ནས་མ་  
གོས་པར་བྱ་བ་དང་གལ་ཏེ་ཉམས་ནའང་ཇི་མི་སྦྱས་པར་མི་འཛོག་པར་ཕྱིར་བཅོས་  
ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་གསོ་དགོས་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་དེའི་སྤྲག་མ་ནཱ་འབྱོར་  
བཞི་སྟོམ་པ་སོགས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་འབྱིན་མི་རུས་པ་ཏ་ལ་ཡ་ཐོག་བསྐྱམས་པའི་  
དཔེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་ཙམ་པ་སྤང་བ་ཡང་དེར་གསུངས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། འོ་ན་  
ཤིན་ཏུ་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་དུ་ཟིན་ཀྱང་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྷན་པས་བསྐྱབས་  
ན་འབྲུབ་པར་འབྲུར་བས་ཡི་ཆད་པ་མེད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཇི་  
ལྟར་བྱང་ཞེ་ན། བསྐྱབ་པ་ཉིད་དུ་ལྷུང་བ་ལས་བསྐྱང་བའམ་དུས་དང་པོའི་དབང་མ་  
ཡིད་ལ་རེ་བ་ཆད་པ་དག་སྤྲགས་རྗེས་གཟུང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་གསུངས་  
པར་གསལ་ལོ། །ཞེས་སོ། །སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ལས་དང་པོ་པའི་དམ་ཆིག་  
བསྐྱས་པ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། གལ་ཏེ་རིག་སྤྲགས་བཟུང་བ་ཉིད་དུ་

ངེས་པས་ནི། “སྒོམ་ཀྱི་པ་དང་དམ་ཆེག་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྐྱེད་པ་ལས་གསུངས་པ་རྣམས་  
 བསྐྱེད་པ་བདག་ཉིད་ལ་འཁུ་བར་བྱེད་པ་དངོས་གྲུབ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྒྲིགས་པ་དེ་ནི་  
 གཡོ་ཅན་ཤིང་རུལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལོ། །དམ་ཆེག་ལ་མི་གནས་པར་གསང་སྤྲུགས་  
 ཆེག་ཅམ་གྱིས་བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ལས་སྤྲོ་ཆོགས་བྱེད་པ་ནི་དཔེར་ན་མཛེ་  
 ཅན་ནང་ན་འབྱུངས་རྟེན་ས་པ་ལ་བྱི་རོལ་གྱི་གོས་དང་རྒྱན་གྱིས་བཀའ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 ལོ། །ངེས་ནི་བདག་གི་དོན་ཡང་བྱ་བར་མི་རྒྱས་ན་གཞན་གྱི་དོན་ལྟ་བུ་ཅི་སྒྲིམ། དེ་  
 བྱི་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འདྲིའཁུག་གྱིས་སྒྲོད་ཅིང་གསུང་བ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་དང་། གསང་  
 བ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྤྱི་འཇོག་སྤྱི་འཇོག་རྒྱན་ལས་ཇི་སྐད་དུ་སྒོམ་སོགས་སྤྱི་བའི་སྤྱི་བའི་  
 མཐུན་། ཉེས་པ་ཉལ་ཏུ་བསམ་པར་བྱ། །སྒྲིམ་ཅམ་ལ་ནི་རབ་གཞོལ་བའི། །སྤྲུགས་པ་  
 མནར་མེད་སོགས་འགྲོ་བས། །དེ་ནི་སྤྲུགས་པ་ཞེས་སྒྲིགས་ཤིང་། །གསང་བའི་ལམ་  
 ལ་བཞེན་ནས་ཀྱང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཡལ་བར་དོར་མི་བྱ། །དཀར་པོའི་གོས་ལ་རབ་  
 གནས་ཏེ། །དོ་ཆོ་རྣམ་པར་དོར་ནས་སྤྱ། །ལོག་པར་གཡེམ་ལ་མངོན་པར་ཞེན། །དུ་  
 འབོད་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བར་འགྲོ། །ཞེས་དང་། །རྩི་ཐེག་པ་ལ་རབ་ཏུ་ཞུགས་ཏེ་  
 དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། །རྩི་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལམ་ཁྱད་དུ་  
 གསང་ནས་དགོ་བ་ལ་མི་སྒྲིམ་བར་གནས་པ་དང་། །དུས་དང་དགོས་པ་ལ་མི་སྒྲིམ་  
 པར་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་ལས་འདའ་བར་བྱེད་པ་དང་གཞན་མ་དད་པ་བསྒྲོག་  
 པར་མི་རྒྱས་པས། །ཡུལ་གྱི་སྒྲིམ་པ་དང་འགལ་བར་བྱེད་པ་དང་རང་དབང་མེད་པ་  
 དང་དོན་ཆེན་པོ་གཙོ་བོར་བྱས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པར་རང་གི་རྣལ་འབྱོར་དང་སྒྲིམ་

༡ སྒྲིམ

༢ ཅ

པའི་ཚུལ་འདྲོར་བཞི་ཚུལ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀའ་ལས་འདུ་  
ཞིང་ལྷུང་བ་དང་ལྷན་ཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བས་འབྲས་བྱ་ལས་ཉམས་པའི་  
བདག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འབད་བས་དམ་ཆིག་ལས་མ་ཉམས་པའི་ཚུལ་གསུམ་གྱིས་འགྲོ་  
བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་རྒྱད་སྟེ་དང་དེའི་དགོངས་པ་འབྲེལ་བའི་  
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟུངས་པའི་ཕན་ཡོན་“སྟོམ་པ་གཞན་ལས་”ཆེ་ཉ་བ་དར་མ་  
བསྟུངས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱང་གཞན་ལས་ཆེ་བར་གསུངས་བ་རྣམས་ལ་རིང་དུ་  
བསམས་ནས་ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ལ་ངེས་པ་ཐོབ་བར་བྱ་སྟེ།  
ངེས་པ་གཉིས་པོ་དེ་བཙུག་མ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་ན། དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་བསྟུང་བ་  
ཡང་དེ་འབྲེལ་ཡོང་ལ། དེ་ཆིག་ཙམ་དུ་སོང་ན་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་བསྟུང་བ་ཡང་  
ཆིག་ཙམ་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་སྟེ་སྟོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་རྒྱད་སྟེ་རྣམས་མ་  
མཐོང་བ་དང་ཅུང་ཟད་“མཐོང་ཉ་ཡང་རྒྱད་སྟེ་རྣམས་ཀྱི་མདོར་བསྟུས་པའི་ཆིག་  
འབྲུལ་ས་ཡོད་པ་རྣམས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་འབབས་པའི་བཤད་རྒྱུད་རྣམས་ངེས་  
པར་མ་བྱས་པར་རྒྱད་ལ་སྤྱི་ཁྱེད་བཞིན་པར་བཟུང་ནས་ཞིབ་ཏུ་མི་རྟོག་པར་ཉེས་སྟོན་  
ལ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་མི་བྱ་སྟེ་དེང་སང་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ནས་  
འཇུག་དགོས་སོ། །ཞེས་བཞུགས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཙན་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་  
དགོས་ཏེ་རི་སྐད་དུ། འོན་ཀྱང་གང་དག་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་མདོ་སྟེ་རིན་པོ་  
ཆའི་ཆོག་ལ་སོགས་པ་སྟེ་སྟེ་སྟོན་དུ་གཏོགས་པའི་གསུང་རབ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མ་  
མཐོང་ཞིང་མ་ཐོས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་དང་རྣལ་འབྱོར་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་ཅ་བ་དང་

ཉ ཆ

ཉ མཐོང་

ཕྱི་མ་དང་ཕྱི་མའི་ཕྱི་མ་དང་བཅས་པ་འབྲུལ་སའི་གནས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་མ་  
ཐོས་ཤིང་མ་མཐོང་བར་རྒྱད་མདོར་བསྐྱུས་པ་འགའ་ཞིག་གི་ཆོག་ལ་སྤྲེའི་བཞིན་  
པར་འཛིན་པས་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཆོག་དང་། བྱ་བའི་རྒྱད་ལ་སོགས་པ་ལས་དང་  
བྱ་བ་རབ་ཏུ་སྟོན་བ་དེ་དག་ལས་ནི། ལམ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་ཁ་ཟས་ལ་སོགས་པ་བྱེ་  
བྲག་ཅན་བཟང་བ་ཡིད་ལ་གང་འདོད་པ་སྤྱད་དུ་མེད་པའོ། །རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྒྱད་  
རྒྱ་མཆོ་ལྟ་བུ་འདི་ལས་ནི་དེ་ལྟར་དགའ་བས་ལོངས་སྤྱད་ཀྱང་འགའ་ཡང་གང་དུ་  
ཡང་ནས་ཡང་མི་ཉམས་ཏེ། དེ་ལྟར་དགའ་བ་སྦྱོད་ལ་རག་གོ། །བྱད་མེད་དང་ཆང་དང་  
ཤ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་མཆོད་པ་བཟང་པོ་སྤྱར་དུ་འབྲུབ་པར་  
བྱེད་པའོ། །ཞེས་སྤྱོད་བ་དེ་དག་རབ་ཏུ་མ་རུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་  
འདས་དུས་གསུམ་སྤྱི་བ་པ་མེད་པར་མཁྱེན་པའི་ཞལ་སྤྱ་ནས་ཚུལ་འདི་འདྲ་འབྱུང་  
བར་གཟིགས་ཏེ། ད་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པས་འདས་ནས་ལོ་བདུན་བརྒྱ་ལོན་ནས་  
བདུད་ལྷིག་ཅན་གྱིས་ངའི་བསྟན་པ་བྱེ་ཞིང་འཆད་པར་འབྱུང་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
ཤིང་དེ་ཉིད་འོས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་ཆོས་རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་  
ཉིད་ཀྱི་བསྟན་པ་རྒྱས་བཏབ་ཅིང་འདར་མི་རུང་བར་“མཛད་ཀྱི་ལ་ནག་པོར་བཤའ་བ་  
དང་ཆེན་པོར་སྟོན་པ་རྣམས་པར་དབྱེ་བ་མཛད་པས་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་པ་བརྟག་པ་རྟོ་ཀ་ཤི་  
ལྟ་བུ་བཞག་པ་མཛད་དེ་དེའི་ཕྱིར་དེང་སང་བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་དག་གིས་ཞིབ་  
པའི་སྒོས་བརྟག་པར་བྱ་བའི་རིགས་ཀྱི་མ་བརྟགས་པར་གཞན་གྱི་ལྷིག་པ་ཅན་ལ་  
འཇུག་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །གང་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་

གང་ཡང་གནང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོང་ཉིད་ལ་ལྟེ་རྟེན་བྱས་ནས་རང་གཞན་བག་མེད་པ་  
ལ་སྟོར་བ་ཡང་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ཚུལ་གྱི་སྤང་བ་ལས་ཞེབ་བར་དགག་པ་མཛད་དོ།  
རི་སྐད་དུ། འོན་ཏེ་དེ་ཉིད་རྣལ་འབྱོར་ཀྱི་ལ། །བདག་ཅག་ལ་ནི་ཁ་ཟས་དང་། །སྟོང་  
ལས་སོགས་ཀྱང་ཅི་དགའ་བར། །རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་སྟོབ་པས་གནང་། །དེ་ཡང་དེ་  
ཉིད་གསལ་ཉིད་དུ། །ཆོག་གསང་ཐིག་ལེ་ལ་སོགས་ལས། །རྣལ་འབྱོར་བ་ཡིས་མི་བྱ་  
བ། །ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། །ཞེས་སྒྲུས་པའི་ལན་དུ། ཡང་དག་པ་ཡི་རྣལ་  
འབྱོར་ལ། །དངས་མེད་རྟགས་ཤིང་བཅེ་ལྟན་ལ། །རྒྱལ་བས་འདི་གསུངས་བདེན་སོང་  
གྱི། །ད་ལྟར་འདི་འབྲུ་འགའ་མ་མཐོང་། །རྫོགས་སགས་རྒྱས་ལྟར་འཛིག་རྟེན་  
འདིར། །ཅི་བདེར་གནས་བྱ་གང་སྤྲ་བ། །ཁྱོད་ལ་རྫོགས་སངས་མཆོན་མའི་ཆ། །ཡོད་  
པར་ཅི་ཡི་བྱིར་མི་སྤང་། །གལ་ཏེ་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ། །སྟོང་དུ་གྱུར་བ་ཁྱོད་ཡིན་  
ན། །བདག་ཅག་དམ་ཆོག་ལ་སྤང་བས། །འགལ་བ་སྤྲ་བར་གྱུར་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཟས་  
སྟོམ་སྟོནས་ནི། །རྩས་སོགས་མཉམ་པར་སྟོབ་བྱེད་ན། །སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་ལས་  
གྱིས་ནི། །མི་སྟོབ་ཅེས་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། །གལ་ཏེ་སྦྱུ་མ་ལྟར་གནས་ལ། །འདི་ལ་ཁྱོད་  
གྱིས་རྟན་བཙས་ན། །བཤེས་སྟོམ་གང་སོགས་གཞོན་པ་ལ། །ཁྱོད་ཀྱི་སྦྱུ་མ་གང་དུ་  
སོང་། །འཛིག་རྟེན་གཉེན་གྱིས་སྒྲགས་པ་ལ། །ཆོགས་ཅན་ཁྱེད་པར་ཅན་གསུངས་  
ལ། །དེ་ཆ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་མིན་པས། །རྒྱ་མེད་འབྲས་བྱ་གང་ལས་བྱུང་། །བདེ་བས་བྱང་  
ཆུབ་ཐོབ་འགྱུར་དང་། །དཀའ་པར་སྟོད་པའང་སྤང་བ་ནི། །ཉིན་མཆོན་བསྟོམ་བཅོཅ་  
རྣལ་འབྱོར་ལ། །གང་ཡིན་དེ་ལ་དེ་གསུངས་སོ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་ནན་ཆེ་བར་སྟོབ་

དཔོན་མཐོ་བཙུན་གཙོ་ལེགས་ཀྱིས་གསུངས་ཏེ་ཆོག་མངས་སུ་དོགས་ནས་དེ་ཙམ་  
ལས་མ་སྒོས་སོ། །གསུམ་པ་ཇི་ལྟར་བསྐྱང་བའི་རྒྱལ་ནི། དེ་བས་ང་རྒྱལ་ངེས་བཙོམ་  
ནས། །བདག་ཉིད་མ་འཁྲལ་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་སོ། །བསྐྱངས་ན་པན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
ལ་མ་བསྐྱངས་ན་ཉེས་དམིགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གསུགས་པ་དེ་བས་ན་སྤྲགས་  
པས་འབད་དེ་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །དི་ལྟར་ཞེ་ན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ལྟང་བ་  
འབྱང་བའི་སྒོ་བཞིར་བསྐྱས་ནས་གསུངས་པས་སྒོ་བཞི་འགོག་པ་ནི་ལྟང་བ་ལས་  
སེམས་བསྐྱང་བའི་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པའོ། །དེ་ལ་ལྟང་བར་འབྱུར་མི་འབྱུར་གྱི་  
མཆོམས་གང་ཡིན་མ་ཤེས་ན་མི་ཤེས་པ་ལྟང་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེའི་གཉེན་  
པོར་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་ལྟང་བ་ནམས་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཤེས་ཀྱང་  
གྲོགས་དང་བཅས་པ་སོགས་ལ་མི་གྲུས་ནམ་གྲུས་པ་ལྟང་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་  
ང་རྒྱལ་ངེས་པར་བཙོམ་ནས་གྲུས་པར་བྱའོ། །གྲུས་ཀྱང་བག་ཡོད་དང་མཉན་པ་དང་  
ཤེས་བཞིན་ན་རེ་མི་བསྟེན་ན་བག་མེད་པ་ལྟང་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་བདག་ཉིད་  
མ་འཁྲལ་བ་སྟེ་སྔོན་ལས་ཀུན་ཏུ་བག་ཡོད་སོགས་དང་ལྡན་པར་བྱའོ། །ཤེས་ཤིང་  
གྲུས་ལ་བག་ཡོད་པར་སྔོན་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཤས་ཆེ་ན་ཉོན་མོངས་མང་བ་ལྟང་བ་  
འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ང་རྒྱལ་གྱིས་མཆོན་ནས་ཉོན་མོངས་གཞན་གང་ཤས་ཆེ་བ་  
ལ་ཡང་གཉེན་པོ་བསྟེན་ལ་མཐུ་རྒྱུད་དུ་གཏང་ངོ། །དེ་ལྟར་ན་དོ་རྩེ་རྩེ་མོ་ལས། དམ་  
ཆོག་ཉིད་ནི་ཉམས་གྱུར་ན། །འབྲས་བུ་འདི་ནི་ཐོབ་མི་འབྱུང། །འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་དཔྱལ་  
བའི་རྒྱ། །དམ་ཆོག་འདས་ན་སྟེག་པར་བྱེད། །དམ་ཆོག་བསྐྱངས་པས་འབྲུབ་པར་  
འབྱུང། །འབྲུངས་ཤིག་དོ་རྩེ་བདུད་རྩི་འབྱུང། །དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་མནའ་ཡི་ནི། །སྟོང་



མོ་འདི་ཡིས་མནའ་བསྒྲགས་ལོ། ཞེས་མནའ་ཚུ་བྱུང་ནས་དམ་ཚིག་སྤངས་ཤིག་ཅེས་  
གསུངས་པས་འབད་དགོས་ཏེ། འདིག་རྟེན་ན་མི་ཐ་མལ་བ་དག་ཀྱང་མི་མ་ཡིན་ཟླ་མོ་  
འགའ་ཞིག་གི་དྲུང་དུ་མནའ་དོར་ན་མཚམས་དེ་ལས་མི་འདའ་ན་སྤྱིར་ཐེག་ཆེན་པ་  
དང་ཁྱད་པར་དུ་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་པར་ཁས་འཆེས་ནས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་སྤྱན་སྤར་  
དེ་ལྟར་བྱས་ནས་ཐ་ན་རྩ་བའི་དམ་ཚིག་ཅམ་ལ་ཡང་སྤང་སྟོམ་མི་བྱེད་དུ་ག་ལ་རུང་  
སྟམ་དུ་བསམས་ལ་བསྤང་བར་བྱའོ། དེས་ན་དམ་ཚིག་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་རྩ་བའི་  
དམ་ཚིག་ནཱས་ལ་འབད་ལུགས་ནི་སྤྲ་མ་འབྱུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་སྟེ། རི་སྐད་  
དུ། ཅི་སྟེ་དོས་བྱུང་མཚོག་འདོད་ན། ཤོག་ནི་ཡངས་སུ་གཏོང་ཡང་ཟླ། འཆི་བའི་  
དུས་ལ་བབ་ཀྱང་བའི། རྟག་ཏུ་དམ་ཚིག་བསྤང་བར་བྱ། ཞེས་སོ། །སྒྲགས་ཀྱི་དམ་  
ཚིག་ཅན་དུ་མ་ཐང་སྒྲགས་པ་རབ་བྱུང་གིས་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ་ཡང་འབད་དགོས་  
པར་གསུངས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། མཚོག་གི་གསང་ཆེན་འདིར་ཞུགས་ནས། རྒྱལ་འབྱོར་  
སྟོད་པ་ཡིན་ཟེར་ཞིང་། བྱ་བ་མ་ཡིན་ཀུན་ལ་འབྱུག། འདིག་རྟེན་སུན་བྱེད་ཀུན་པོ་  
འབྱུང་། ཞེས་མང་དུ་གསུངས་པའི་འོག་ཏུ། ལེགས་པར་གསུངས་པའི་འདུལ་བ་  
ལ། རབ་ཏུ་མི་གནས་སྤང་མི་བྱེད། རངས་རྒྱས་རྒྱལ་མཚན་སུན་འབྱིན་  
ཞིང་། རས་པ་མ་ལ་སོགས་རབ་ཏུ་བྱེད། གང་གིས་བརྟུང་བའི་མཚོག་མི་ཤེས། རས་  
ལི་ལ་སོགས་བཅོས་སྤྱར་བའི། རྩོས་པའི་བརྟུང་བ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡིས་སྤང་  
གོལ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད། ཅེས་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བ་བཟང་པོས་གསུངས་སོ། ཞེས་དྲ་རི་ཀ་པའི་  
དབང་གི་རབ་བྱེད་ཀྱི་འགྲེལ་པར་བྲངས་སོ། །སྤྱིར་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་དུ་མར་སྒྲགས་  
ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སོ་ཐར་དགོས་པ་མང་དུ་གསུངས་ཤིང་། ཁྱད་པར་དུ་དགེ་སྟོང་དོ་

རྗེ་འཇིན་པ་སོགས་གསུམ་གྱི་རྗེ་འཇིན་པའི་མཆོག་དམན་དང་དགེ་སྤྲོད་དང་དགེ་  
ཚུལ་དང་བྱིས་པ་ལ་སྤོབ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་བ་ན་གདན་གྱི་སྒྲོན་པ་ཀྱང་མཆོག་  
དམན་འབྲེད་པ་ལ་སོགས་པ་དུ་མའི་སྒྲོན་པ་སོ་སོར་ཐར་བ་ལ་གཅས་སྤྲུལ་སྤྲུ་བྱེད་  
པའི་ཚུལ་ནི་དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་སྐོར་རྣམས་གསལ་བར་སྤྲང་རོ། །གཉིས་པ་ཉམས་  
ན་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཐབས་ནི། མཉམ་པར་བཞག་པས་སྒྲ་མ་ལ། །ཅི་འབྱོར་བ་ཡིས་  
མཆོད་བྲས་ལ། །གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ནས་བརྩམས་ཏེ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་སོགས་  
"སྒྲོམ"པ་ནི། །གལ་ཏེ་བདག་ལ་པན་འདོད་ན། །སྤྲགས་པས་འབད་དེ་གཟུང་བར་བྱ།  
ཞེས་སོ། །སྤྲར་བཤད་པ་ལྟར་བསྐྱངས་ཀྱང་བག་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་  
སྒྲ་མ་ལ་སྤོད་པ་སོགས་གྱི་ཅ་ལྟར་གང་རུང་བྱུང་ན་དེས་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་མཉམ་པར་  
བཞག་པས་ཏེ། ཡིད་ཅེ་གཅིག་དུ་བྲས་ནས་སྟོན་མོ་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་འབྲུལ་བ་ཅི་  
འབྱོར་བ་སྟེ་རང་གི་རྒྱས་པ་ཆེ་ཆུང་དང་མཆོམ་པས་སྒྲ་མ་ལ་མཆོད་པ་བྲས་ལ་ཉེས་  
པ་དེ་རྣམས་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་བཤགས་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་ནི་སྤྲགས་པ་དེས་གལ་ཏེ་  
བདག་ལ་འཕྲལ་དང་ཡུན་དུ་བདེ་ཞིང་"པན"པ་ཞིག་འདོད་ན་སྤྲར་ཡང་སྒྲོམ་པ་ནི་  
གཟུང་བར་བྱའོ། །"སྒྲོམ་པ་རིམ་བུ་སྤྲུམ་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སྤྲུ་  
འགོ་བ་ནས་བརྩམས་པ་སྟེ་སྐྱབས་འགོ་སྟོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དཔའི་"སྒྲོམ་པ་དག་སོགས་གྱི་སྤྲུམ་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པའོ། །དེ་ཡང་འབྲུབ་  
ནའང་ལེགས་མ་གྲུབ་ནའང་དེར་བས་མོད་སྤྲུམ་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་འབད་བ་དྲག་པོ་  
བྲས་ཏེ་གཟུང་རོ། །དཀྱིལ་ཆོག་རྗེ་རྗེ་ཕྱིར་བ་ལས་ཀྱང་། སྒྲ་མ་སྤོད་པ་ལ་སོགས་པའི་

༡ སྒྲོམ

༢ པན

ཉེས་པ་ལ་བྱས་པ་ཇི་ལྟ་བུར་སྟོན་མོ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་བྱས་ནས་སྒྲ་མའི་  
 མདུན་དུ་བཞགས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་སྟོམ་པ་སྟེ་མ་བཞེན་དུ་གཟུང་བར་”བྱའོ།”  
 །ཞེས་སོ། །ནག་པོ་བས་སྒྲ་མ་དང་དོ་རྩེ་སྟོན་ལ་ཆོགས་འཁོར་བསྐྱོར་ཏེ་སྟོན་ལ་ཉེས་  
 པ་འདི་བྱས་བརྗོད་ནས་བཞགས་པ་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །འོ་ན་སྟོམ་པ་བསྐྱག་  
 གཟུང་གི་ཆོ་ག་ཅམ་ཞིག་ཟུར་དུ་སྒྲ་མས་བྱས་པས་ཆོ་ག་གམ་དབང་དང་སྟེལ་  
 དགོས་སྟུམ་ན། སྟོམ་པ་སྟེ་མ་བཞེན་གཟུང་བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་དང་པོ་”སྟོམ་  
 པ་ལེན་པའི་ཆེ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཆོ་ག་དང་སྟེལ་ནས་སྒྲངས་པ་ཇི་ལྟ་བུར་དེ་བཞེན་དུ་  
 བྱ་”དགོས་ཀྱི་པའི་དོན་ནོ། །གཞུང་འདིར་སྟོམ་པ་སྒྲང་ཞེས་པ་ཅམ་ལས་དབང་དགོས་  
 པ་མི་གསལ་ཡང་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། དུས་འཁོར་གྱི་ལེའུ་གསུམ་པ་ལས། ཅ་བའི་  
 ལྷང་བ་བྱུང་བ་གང་ཞིག་དག་པའི་སྒྲ་དུ་སྒྲར་ཡང་དཀྱིལ་འཁོར་འདིར་ནི་འཇུག་བྱ་  
 རྟེ། ཞེས་གསུངས་”བ་”ཀྱི། དབྱ་ནག་གི་བཙུ་བདུན་པ་ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་བག་མེད་  
 ཟུང་ཟུང་པས། །སྒྲ་མ་དམ་ཆོག་ལ་གཞོད་ན། །དེས་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་གྲིས་བྱས་  
 ལ། །བདེར་གཤེགས་རྣམས་ལ་ཉེས་པ་བཞགས། ཞེས་གསུངས་པའི་སྒྲ་མ་དང་དམ་  
 ཆོག་སོ་སོར་ཕྲལ་ནས་དམ་ཆོག་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 བྱས་ནས་དེ་ལ་གཞོད་པ་ནི་ལྷང་བ་བྱུང་བ་ལ་ནག་པོ་བས་བཞག་དོ། །འུ་རྟེ་པས། སྒྲ་  
 མ་བརྟུས་པར་ཟུར་བའོ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཅ་བའི་ལྷང་བ་བྱུང་ན་སྒྲར་  
 དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་ལ་དབང་སྒྲང་སྟེ་རི་སྐད་དུ། ཅ་བའི་ལྷང་བ་བྱུང་བ་ལ། །སྒྲར་

༡ བྱའོ  
 ༢ དགས་  
 ༣ ས

ཕྱིར་དཀྱིལ་འཁོར་ཞུགས་ནས་ནི། །བཀའ་ཐོབ་བྱས་ན་ལྟར་བ་ཡང་། །ཅུང་དུ་དག་ཏུ་  
འགྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །སྒྲོམ་འབྱུང་གི་ལེའུ་“ཉེར་ཀྱི་བདུན་པའི་  
འབྲེལ་པར་ཡང་། འདི་རྣམས་གང་རུང་ལྟར་བ་ལ། །སྒྲུབ་ཡང་དབང་བསྐྱར་གྱིས་དག་  
བྱ། །ཞེས་གསུངས་ལ། །རྒྱ་ནག་གི་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །འོ་ན་དཀྱིལ་  
འཁོར་གྱི་ཆོ་གའི་སྒྲོམ་པ་གཟུང་བའི་སྐབས་སུ་སྒྲོམ་པ་ཐོབ་པ་ན་སོར་ཆུད་པས་  
དབང་མི་དགོས་སམ་སྟུང་ན། དབང་བསྐྱར་ནས་སྒྲིག་པ་སྒྲོང་བ་དང་སྒྲོམ་པ་གཟུང་  
བ་གཉིས་ཀ་ཆོགས་ནས་རྩ་ལྟར་དག་པར་བྱ་དགོས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཐོབ་པ་ཅན་གྱིས་མི་  
ཆོག་པས་དབང་བསྐྱར་བ་དགོས་སོ། །དེས་ན་རྩ་ལྟར་དང་པོ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་  
དབང་ལ་མི་ལྟོས་པར་དེ་དག་ལས་ལྡང་བའི་ཐབས་རྩ་ལྟར་བྱ་ཆེད་འབྲེལ་དང་ལམ་གྱི་  
ཀ་ར་དང་བདུད་ཅི་རྒྱ་བ་སོགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འཐད་  
དོ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲེལ་པ་བདུད་ཅི་རྒྱ་བ་ལྟེ་པས་མཇུག་ཐེར་བ་ཡང་དེ་ལ་ཁ་གཏུག་  
བར་སྒྲུབ་དོ། །རྩ་ལྟར་བཀའ་འབྲེལ་ལས་ནི་དབང་དགོས་པར་འཆད་དོ། །འོ་ན་སྒྲུབ་  
གསོ་བ་འདི་ལ་ངེས་པར་སྒྲུབ་མ་ཞིག་ལ་དབང་ཞུ་བ་དགོས་སམ་རང་གིས་བདག་  
འཇུག་བྱས་པས་ཀྱང་ཆོག་སྟུང་ན། སྒྲུབ་མ་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་མེད་པའམ་ཡོད་ཀྱང་  
ལམ་མིན་ཏུ་རིང་བ་དང་བསྐྱོད་དཀའ་བའི་འཆེ་བ་ཡོད་ན་བདག་འཇུག་གིས་ཀྱང་  
ཆོག་སྟེ། དཀྱིལ་ཆོག་དོ་རྗེ་སྤེང་བ་ལས། རང་ཉིད་ཀྱང་དམ་ཆོག་ཉམས་ན་འདི་ལྟ་  
བུའི་དབང་ཉིད་རྗེ་ལྟར་སྒྲོབ་དཔོན་འཇུག་པའི་ཆོ་གར་གཟུང་བར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་  
སྒྲུབ་བར་བྱའོ། །འོ་ན་ཀྱང་གལ་ཏེ་སྒྲུབ་དམ་པ་མིན་ཏུ་རིང་བ་དང་ལམ་བསྐྱོད་དཀའ་

བ་ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བར་འཆེ་བས་བཞུད་པར་མི་རྩལ་པའི་ཕྱོགས་ན་གནས་ན་སྟེ་  
གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་འདི་དང་སྤར་གོ་ས་ལའི་རྒྱན་བྲངས་བ་ནས་  
འབྱུང་བ་འདི་ངོ་མཆར་ཏེ་གཞན་དུ་ན་ལེན་ས་སྟོམ་ལྡན་ཡང་ཤིན་ཏུ་རྙེད་པར་དཀའ་  
བས་སོ། །སྤར་གསོས་ནས་སོར་ཚུད་པ་འདི་ཡང་དབང་དང་བདག་འཇུག་བྱས་པས་  
སྟེ་བ་ཡིན་སྟམ་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི། སྟོང་ཐག་བ་ནས་བྱིན་ཆང་ལྷང་བས་མ་གོས་  
བར་བྱ་སྟམ་པའི་སྟོམ་སེམས་མེད་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་བ་དཔེ་དང་བཅས་པས་གསལ་  
བར་གསུངས་ཏེ་དྲ་རི་ཀ་པས། དེ་ཡང་བྱིས་མི་བྱེད་པའི་དམ་འཆའ་བ་རྣམས་ལ་  
ཡིན་གྱི་བྱིས་སྟོམ་པའི་བསམ་བ་མེད་པ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྟེས་བྱ་  
འགའ་ཞིག་དུག་གིས་ཟེན་ན་སྤན་བ་འགས་དེ་བསྐྱོག་པའི་བྱིས་སྤན་གྱི་ལྷང་བ་ལྷང་  
ནས་སྤར་བཞིན་དུ་དུག་ཟ་བ་དང་མཚུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེས་ན་སྤར་མ་ལ་  
འཁྱོད་པ་དང་བྱིས་མི་བྱེད་པའི་སྟོམ་སེམས་བྲག་པོ་བསྟེས་ནས་སྤངས་ན་སོར་ཚུད་  
བ་ཡིན་པས་འདི་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཅ་ལྷང་བྱུང་ནས་གསོ་བའི་  
ཐབས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་སྟོམ་ལྡན་དུ་སོང་བ་དང་། དང་པོ་ནས་ཅ་ལྷང་གིས་  
མ་ཐོག་པའི་སྟོམ་ལྡན་གཉིས་ཁྲད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་དཔེར་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་  
ལྡན་ལ་ཅ་ལྷང་བྱུང་བ་ན་སྤར་སྤངས་པས་སྟོམ་བ་སྟེ་ཡང་ཆེ་དེ་ལ་བསམ་བ་དག་པའི་  
ས་དང་པོ་ཐོབ་མི་སྲིད་པར་བྱང་ས་ལས་གསུངས་པ་དང་། འཕགས་བ་རྣམ་པར་  
འཐག་བ་བསྐྱས་བ་ལས། དེ་ནས་བཤད་པའི་ཆེས་སྤོང་གི་ཉེས་བ་བྱུང་བ་ཞིག་གིས་  
ལོ་བདུན་གྱི་བར་དུ་ཉིན་དེ་ལ་ལན་གསུམ་གསུམ་བཤགས་པས་སྤྲིག་དེ་འདག་ཀྱང་  
བཟོད་པ་འཛོལ་བ་ལ་སྟུ་ནའང་བསྐླལ་བ་བཅུ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཅ་ལྷང་

ཕྱིར་མི་བཅོས་ན་དཔུལ་བ་ལ་སོགས་པར་སྐྱེ་བ་སྦྲར་གསོ་བའི་ཐབས་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
བྱས་པས་དག་ཀྱང་ལམ་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་སྐྱེ་བ་ཆེས་བྱལ་བར་འགྱུར་ཏེ་སྤར་ཅ་  
ལྟར་དང་པོའི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །ཅ་ལྟར་དུ་མ་ཟད་ལྟར་བ་གང་ལའང་འོག་  
མང་འཁྲིད་པ་དང་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་སྐྱེ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་སྦྱིབ་པར་གསུངས་པས་དང་  
པོ་ནས་མ་གོས་བ་ལ་“འདྲེས་”པར་བྱ་ལ། བྱད་པར་དུ་ཅ་ལྟར་གིས་སོག་ན་ཡང་སྒོམ་  
བ་སྦྲངས་ན་སྐྱེ་མོད་ཀྱང་རྒྱད་ཚུད་ཐོས་ནས་ཡོན་ཏན་སྤར་ཡོད་ཉམས་སྦྱོར་བ་དང་སྤར་  
མེད་སྐྱེ་དཀའ་བས་ཅ་ལྟར་ལ་ནི་སྒོམ་འབྱུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒོག་བསྒོམ་  
བྱའོ། །དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་དམ་བ་རྣམས་ལྟར་བ་སྤྲོ་མོ་ལའང་སྒོག་གི་  
ཕྱིར་དུ་ཡང་མི་འཇུག་པར་གསུངས་ཀྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་བཤགས་པས་དག་པ་དང་  
དང་པོ་ནས་མ་བྱུང་བའི་དག་པ་གཉིས་བྱད་མེད་ན་དེ་ཅམ་བྱེད་གན་དགོས་འདི་  
རྣམས་གལ་ཆེ་བས་བྱད་པ་དེ་རྣམས་བྱད་དགོས་ན་འང་ཆིག་མངས་སུ་དོགས་ནས་མ་  
བྲིས་སོ། །ཅི་ཅམ་ནས་“ལྟར་”པའི་མིང་རིགས་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་གང་ཟག་གཞན་  
ལ་ལྟར་བ་ཕྱིར་བཅོས་བྱེད་པ་འདི་སྒོམ་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གིས་བྱེད་ལ་ཅ་ལྟར་མིན་  
པའི་ལྟར་བ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་འང་འདིར་ནི་ཅ་ལྟར་བྱུང་བ་དེས་སྦྱོར་མ་ལ་སྒོན་དུ་  
བཤགས་པར་ཨ་ལྟ་དང་ནག་པོ་བ་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པས་སྒོམ་པ་བྱུང་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཀྱང་སྦྱོར་མ་ལ་ཡིན་ན་རབ་དེ་མིན་ན་འང་སྤགས་ཀྱི་སྒོམ་ལྡན་ལ་བཤགས་པར་  
བྱའོ། །སྒོམ་པའི་ལྟར་བ་བྱུང་ན་བཤགས་པར་བྱ་ཞེས་སྒོམ་དཔོན་ལྟ་སྦྱབ་དང་ཏ་  
དབྱངས་གཉིས་ཀས་གསུངས་པ་ལ་བཤགས་པ་བྱེད་ཚུལ་གཞན་དུ་ཡིད་ཆེས་པའི་

༡ འདྲེས་

༢ ལྟར་

གསལ་ཁ་མ་བྱུང་ལ་ཏྲ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད་ཟེར་པའི་སྟོན་པོའི་འགྲེལ་བ་ལས། དེ་ལ་  
 ཕྱིར་བཙོས་ནི་འབྱོར་པར་བྱུང་ན་ཆོག་ལ་དཔལ་པོའི་སྟོན་མོ་བྱས་ནས་དེ་དག་གི་  
 མདུན་དུ་དངོས་པོ་བརྗོད་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་གྱི་བཤགས་པ་དང་རྗེས་སུ་གཟུང་  
 བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་བྱས་ནས་ཡུལ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཁྱོད་པའི་ཚུ་ལ་ཡི་གེ་བརྒྱ་  
 བ་ལན་བདུན་བརྒྱམས་བ་སྟེན་པར་བྱའོ། །དེའི་མེའི་སར་མིང་སྟེལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་  
 འབྱུང་ངོ་། །མེའི་སར་མིང་སྟེལ་བ་ན་སར་སིངྒེ་མེ་ཞེས་བ་ལ་སོགས་བ་མེ་གང་བྱུང་  
 བ་དེར་པ་རོལ་པོ་དེའི་མིང་གཞུག་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ལྷ་  
 སོགས་ཉེས་བ་རིམ་བ་ལས། དང་པོར་བདག་སེམས་སུན་དབྱང་སྟེ། །ཡུལ་མདུན་  
 སྟོན་གསན་པ་བ་ནས་ཀྱང་། །གསུམ་བསྐྱང་གསུམ་འགལ་བ་བཤགས་པ་དང་། ཞེས་  
 གང་ཟག་ལ་ཕྱིར་འཆོས་བ་གསུངས་བ་ནི་ངོ་ཆ་ཁྲེལ་ཡོང་སྟེ་སྟེ་བ་དང་བཅས་པའི་  
 མཆོམས་སྤྱ་རགས་ནམས་ཕྱེད་པར་འབྱུང་བ་དང་ཉེས་སྟོད་ཕྱི་མ་ལ་འདུག་པ་ཆེས་  
 ཅུང་དུ་འགྲོ་བར་སྟེ་བ་སོགས་ཀྱི་“དགོས”པ་དུ་མ་ཞིག་འདུག་པས་ལྷ་བ་སྐྱང་བའི་  
 རྟོ་མང་དུ་སྐྱང་ནའང་འདི་གནད་ཆེ་བར་སྟེ་ངོ་། །སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ནམས་ལས་སྟེག་  
 ལྷ་སོ་སོར་མ་ཕྱེ་བར་རྒྱལ་བ་སྤྱས་བཅས་ཀྱི་སྟེན་སྤར་ཉེས་བ་འཆགས་པའི་ཆོག་  
 དུ་མ་འདུག་ནའང་། གང་ཟག་ལ་ཕྱིར་འཆོས་པའི་ལྷ་བའི་མིང་རིགས་བརྗོད་པའི་  
 གཞུང་ཁྱད་སྤྱོད་སྟེ་བ་ལྷ་བ་མི་མཐོང་བས་བཤགས་པའི་ཆོག་ནི་རྗེ་བཙུན་ས་སྟེ་  
 པའི་བྱུག་ལེན་ལ་འདུག་པ་ལྷ་བ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ལྷན་གྱི་ལྷ་བ་བཤགས་པའི་ཆོ་  
 ག་ཉིད་ལ་ཅུང་ཟད་འདོན་པ་སྟོན་ལ་བྱའོ། །དེ་ནི་ཐོག་མར་ཡུལ་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོན་ལྷན་

ཞེག་ལ་ཀན་ན་ཕྱག་འཆལ་གཞོན་ན་གྲུས་འདུད་གྱི་སྒྲིང་ལམ་ཙམ་བྱས་ལ་ཉེས་པ་  
འདི་དག་འདི་བྱུང་བ་འཆགས་པ་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ་ཞེས་སྟན་གསན་པ་བ་ནས་  
དམའ་བའི་བྱུགས་སུ་ཙོག་ཙོག་པོར་ཐལ་མོ་སྦྱར་ལ་འཁོད་པོ།<sup>༡</sup> །དེ་ནས་སྟོབ་  
དཔོན་ཡིན་ན་སྟོབ་དཔོན་ཞེས་དང་གྲོགས་ཡིན་ན་རིག་པ་འཛིན་པ་འམ་བཙུན་པ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། །བདག་མིང་མི་བསྟོད་དོན་ཞེས་བགྱི་བ་ལ་རི་སྐད་ཡོངས་སུ་  
བརྗོད་པའི་པམ་པའི་གཞི་ལས་དོན་ཐེག་པའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་ནོངས་པ་སྒྲ་  
མ་ལ་སྐད་པ་བྱུང་སྟེ་དེ་དག་སྟོབ་དཔོན་ནམ་རིག་པ་འཛིན་པ་ལ་འཆགས་ཤིང་  
མཐོལ་ཉེ་མི་འཆབ་པོ། །བཤགས་ཤིང་མཐོལ་བས་བདག་བདེ་བར་གནས་པར་  
འགྱུར་གྱི་མ་མཐོལ་ཞིང་མ་བཤགས་ན་བདེ་བར་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
ལན་གསུམ་བརྗོད་པའི་མཐར་ཡུལ་གྱིས་ཁྲོད་གྱིས་འདི་ནམས་ཉེས་པར་མཐོང་ངམ་  
ཞེས་བྲིས་བ་ན་མཐོང་ངོ་ཞེས་བ་དང་བྲིས་ཀྱང་སྟོམ་པར་བྱེད་དམ་ཞེས་བྲིས་བ་ན་  
ཆོས་བཞེན་འདུལ་བ་བཞེན་དུ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་སྦྱི་བོས་ནོད་པར་བགྱིདོ། །ཞེས་  
ལན་གསུམ་བྱས་ནས་ཡུལ་གྱིས་ཐབས་ཡིན་ནོ། །བཤགས་པ་བྱེད་མཁན་གྱིས་  
ལེགས་སོ་ཞེས་ལན་ཅིག་བྱུདོ། །དོན་འབྱུང་བ་ལས་བཤགས་པ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་  
བདག་མིང་དོན་འདི་ཞེས་བྱ་བས་ཞེས་འབྱུང་བས་གསང་མཆོན་ནས་འདོན་དགོས་  
པར་མཛོན་ནོ། །གཞན་ཡང་རིམ་བཤགས་བསྟོམ་པ་དང་བསྐྱས་པ་དང་གཏོར་མ་དང་  
མཆུལ་དང་ཉེན་གྱི་མཛུགས་དུ་བཤགས་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་སྟོག་བསྐྱབ་པ་དང་།  
བཀའ་བསྒྲགས་པ་དང་ཆོ་ཆོ་གདབ་པ་དང་སྒྲིག་པའི་གཟུགས་དམིགས་ཉེ་ཉིལ་མེར་



བསྐྱེད་པ་དང་ངན་འགྲོ་དགྲུག་པལ་དང་ཕུང་པོ་གསུམ་པ་གདོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་  
ནས་སྒྲིག་ལུང་སྒྲུང་བར་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་གསུངས་ཤིང་། ཏྲག་ཏུ་བག་མེད་པར་  
གནས་ན། ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་སྤྲོལ་ཡང་། །སྒྲུལ་གྱི་མཆེ་བས་བཏབ་བཞིན་དུ། །ལུས་  
ངག་སེམས་ནི་ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་གཤམ་ཏེ་བག་མེད་པར་བྱས་ན་ཉེས་པ་སྤྲོལ་  
ཡང་རྩ་ལ་གོས་པའི་དུག་བཞིན་དུ་འཕེལ་བར་གསུངས་ལ་ལུང་བ་རྒྱུད་བ་མི་འཕེལ་  
བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ་དེ་ཉིད་ལས། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ཕྱི་  
དུ། །པད་དཀར་རྩ་བའི་དབྱས་གནས་ཤིང་། །དོ་རྩེ་བིལ་བུ་རྒྱན་སྒྲིས་པའི། །དོ་རྩེ་  
སེམས་དཔལ་ལེགས་དམིགས་ཤིང་། །ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཆོ་ག་བཞིན། །ཉི་ཤུ་ཅུ་ནི་རེ་རེ་  
བརྒྱས། །ལུང་སོགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་སྒྱུར་བས། །འཕེལ་བ་རུ་ནི་མི་འགྱུར་  
ཞེས། །བྲུབ་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པས། །སྤྱན་མཆོམས་སུ་ནི་སྤྲད་པར་  
བྱ། །འབྲུམ་སྒྲག་ཏུ་ནི་བརྒྱས་སྒྱུར་ན། །རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་འགྱུར། །ཞེས་  
སོ། །དོན་ཡོད་བྲུབ་པ་ལ་ནི་དམ་ཆོག་དོ་རྩེ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ལ་དེ་ནི་ལྷག་པར་དམ་  
ཆོག་ཉམས་པ་རྣམས་དག་པར་བྱེད་པའི་ལྷར་གསུངས་པས། །དེའི་སྒོ་ནས་སྒྲུ་མ་ལ་  
བརྒྱས་པ་སོགས་སྒྲོང་བའི་གདམས་བ་ནི་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲས་པོ་ཡེ་ཤེས་  
ཞབས་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྒྲུབ་ཐབས་ཀུན་བཟང་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པ་ན་ཡོད་པས་  
སྤྱན་མཆོམས་སུ་དེ་ཡང་བྱ་སྟེ་འདིར་ཆོག་མངས་སུ་དོགས་ནས་མ་བྲིས་  
སོ། །གསུམ་པ་བཤད་པ་མཐར་ཐུན་པའི་བྱ་བ་ནི་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ཅ་བའི་ལུང་བ་ཞེས་  
བྱ་བ་སྒྲོབ་དཔོན་རྩ་བུ་ལྷས་མཛད་པ་རྗེས་སོ། །ཞེས་པ་སྟེ་འདི་ནི་རྒྱུད་ཆོག་བཏུས་

པའི་ཅ་ལྷུང་གི་མིང་ཅམ་ཞིག་སྟོན་པར་སྤང་ལ། འདི་དང་མན་ངག་སྟེ་མ་དག་སྟོམ་ཀྱི་  
འབྱུང་གི་འགྲེལ་པ་དང་བསྟན་པའི་ཞོར་ཐམས་ཅད་པའི་སྐྱབ་ཐབས་རྣམས་ཅ་ལྷུང་གི་  
མིང་འདོགས་འབྲ་བར་སྤང་རོ། །གཞུང་འདི་ལ་འགྲེལ་པ་ཆད་ལྷན་མི་སྤང་ལ་འགའ་  
ཞིག་འདུག་པ་ལ་འང་མི་མ་ཐུན་པ་མང་རོ། །གཤེད་དམར་དང་དོ་རྩིང་པོ་རྒྱན་གྱི་  
རྒྱད་གཉིས་ལ་འགྲེལ་པ་མི་སྤང་ལ་གྱུར་འགྲེལ་གཉིས་དང་འབྲུག་ར་དང་གཞོན་ཏུ་ཆེ་  
བའི་དཔྱ་ནག་གི་འགྲེལ་པ་གཉིས་ལ་ཅ་ལྷུང་ལ་བཤད་པ་མི་སྤང་བས་ཅ་ལྷུང་དུ་འགྲོ་  
མི་འགྲོའི་ཆད་ཞིབ་ཏུ་འདྲིན་པ་འིན་ཏུ་དཀའ་བར་སྤང་ནའང་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐབས་  
མ་གཏོགས་པ་འཁྱེ་པའི་དཔྱ་ནག་གི་འགྲེལ་པའི་བཤད་པ་རྣམས་གཞིར་བྱས་ཤིང་  
ནག་པོ་འགྲེལ་བའི་བཤད་པ་ཡང་པལ་ཆེར་བྲངས་ནས། འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ་དང་  
རྟ་དབྱངས་དང་འཁྱེ་པ་དང་རོ་བོ་དང་སྟིང་པོ་ཞབས་ལ་ཁ་གཡར་བའི་འགྲེལ་པ་  
རྣམས་དང་ལ་ཤྱི་ཀ་རའི་འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱག་ལེགས་ཆ་འགའ་རེ་བྲངས་ཤིང་། གཞན་  
ཡང་སྐྱགས་ཀྱི་གཞུང་གཞན་རྣམས་ལས་ཀྱང་བསྐྱུས་ཏེ་ཅ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་པའི་རྣམ་  
པར་བཤད་པ་བགྲིས་སོ། །།།

གཉིས་པ་སྟོམ་པའི་ལྷུང་བ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཆན་གྱི་དོན་དང་།  
གཞུང་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དོ་རྩིང་ཐེག་པའི་སྟོམ་པའི་ལྷུང་བ་ཞེས་པ་སྟེ་དོ་རྩིང་ཐེག་  
པ་དང་ལྷུང་བའི་དོན་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །སྟོམ་པོ་ནི་འཕྱུར་འགའ་ཞིག་ལས་ཆེན་པོར་  
བསྐྱུར་ཏེ་དོ་རྩིང་ཐེག་པའི་སྟོམ་པ་ལ་སྟོས་ཏེ་པམ་པའི་སྟེ་ཆན་དུ་མི་འཕྱུར་བའི་སྐྱག་  
པའི་ཉེས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ། བཤད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་དང་། བཤད་པ་

ཉིད་ཉེ་བར་དགོད་པ། བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱ་མའི་ཞབས་  
ཀྱི་བསྐྱེད་པ། །ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་འཆའ་ཏེ། །སྟོམ་པོའི་ལྷུང་བ་རྣམས་པ་  
བརྒྱད། །རྒྱུད་དུ་གསུངས་པ་བྲི་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་འདི་ཡང་སྤར་བཤད་པས་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །སྦྱིར་སྟོམ་པོའི་ལྷུང་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འདིར་སྟོམ་པོ་  
གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་མི་སྟོན་གྱི། །སྟོམ་པོའི་སྡེ་ཆན་དུ་རྟོགས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྟོ་  
ཆེ་བ་རྣམས་བརྒྱད་དུ་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ་བརྒྱད་ལས་སྟོམ་པོ་དང་པོ་  
བཤད་པ་ནི་ཤེས་རབ་སྟོབས་ཀྱིས་ལེན་པ་དང་། །ཞེས་པ་སྟེ་འོག་ནས་འདི་རྣམས་  
སྟོམ་པོའི་ལྷུང་བ་བརྒྱད་ཅེས་པ་དང་སྦྱར་ལ་བཤད་དོ། །ཤེས་རབ་ནི་བྱད་མེད་  
དོ། །ལེན་པ་ནི་རིག་མར་བསྟེན་པའོ། །དེ་ཡང་སྟོབས་ཀྱིས་ཏེ་རིག་མ་ཡོངས་སུ་མ་  
སྦྱངས་པར་རང་གི་མཐུ་ཅམ་གྱིས་རིག་མར་བསྟེན་པའོ། །ཡོངས་སུ་སྦྱངས་པ་ནི་  
དབང་གིས་སྦྱིན་པར་བྱས་ནས་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་ལ་བཀོད། །སྒྲགས་དང་རྒྱུད་  
ལེགས་པར་བསྐྱབས་པ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །སྟོབ་དཔོན་རྟ་དབངས་ཀྱིས། །རྣལ་  
འབྱོར་གང་ཞིག་རིག་མ་ནི། །དམ་ཆོགས་མེད་ལའང་སྟོབས་ཀྱིས་སྦྱོད། །དེ་ལ་འབྲུ་  
བར་བྱེད་པ་ཡང་། །དེ་ཡི་ལྷུང་བ་དང་པོར་གསུངས། །ཞེས་པའི་འགྲེལ་བར་དམ་ཆོག་  
མེད་པ་དབང་གིས་མ་སྦྱིན་པ་དང་སྦྱིན་ཡང་ན་བ་དང་བརྒྱལ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་དང་  
རྒྱལ་མི་པོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བསྟེན་པ་བདག་གིར་མི་བྱེད་བཞིན་དུ་ནན་གྱིས་སྦྱོད་  
པ་དང་། །ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་ནས་འབྲུ་ཞིང་དེའི་སེམས་ཞུས་པར་འབྱུར་བའི་  
བཞད་གང་བྱེད་ན་སྟོམ་པོ་སྟེ་དེ་ལ་སྟོམ་པོ་གསུམ་ཡོད་པར་འཆད་དོ། །རྟོ་རྟོ་སྟོར་པོ་  
རྒྱན་ལས། །དམ་ཆོག་མི་ལྟན་པ་རིག་མར་བསྟེན་པ་ལ་སྟོམ་པོར་གསུངས་ཤིང་

གཞུང་སྲ་མ་ལ་དམ་ཆེག་མི་ལྟན་པ་ཟུར་དུ་མ་ཟུང་བས་སྟོབས་ཀྱི་དོན་སྲར་ལྟར་བྱ་  
ལ། སྦྱིར་ནི་བཤད་པ་བྱི་མ་ལྟར་ཡང་བྱའོ། །སྟོམ་པོ་གཉིས་པ་བཤད་པ་ནི། དེ་ཡི་  
བདུད་ཅི་སྟོབས་ཀྱིས་ལེན། ཞེས་གསུངས་ཏེ། རིག་མ་དེའི་བདུད་ཅི་སྟོབས་ཀྱིས་  
ལེན་ན་སྟོམ་པོ་འོ། །འདི་ལ་ཏྲ་དབྱངས་ཀྱིས། རྒྱུད་ལས་མ་གསུངས་རིམ་ཉིད་  
ཀྱིས། །གང་ཞིག་བདུད་ཅི་བསྟེན་པ་ཡང་། ཞེས་གསུངས་པའི་འགྲེལ་བར་ལྟའི་ང་  
རྒྱལ་མེད་པ་དང་བྱིན་ཀྱིས་མ་བརྒྱབས་པ་དང་མ་དད་པའི་མདུན་དང་ཁྱད་པར་གྱི་  
དུས་མ་ཡིན་པར་མོངས་སྦྱུད་བ་ལས་ལྟར་བར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱུད་ལས་བཀག་པའི་རིམ་  
བས་སོ་བསྟེན་པས་སོ་ཞེས་འཆད་དོ། །སྟོམ་པོ་གསུམ་པ་འཆད་པ་ནི། སྟོད་མིན་ལ་  
ནི་མི་གསང་དང་། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཨ་མུ་དང་རྩ་གྲི་རྟིས་གསང་བ་མི་སྟེད་པ་དང་  
ཞེས་གསུངས་པས་སྟོད་མིན་ཏེ་དབང་མ་ཐོབ་པ་དང་ཐོབ་ཀྱང་མི་དད་པ་ལ་གྱིས་སྦྱ་  
དང་སྟེགས་བམ་དང་རྒྱན་དུག་སོགས་གསང་བའི་རྩས་རྣམས་མི་གསང་བ་སྟེ་མི་  
སྟེད་པར་སྟོན་པ་དང་ཕྱག་རྒྱ་འཆིང་བ་སྟོན་ན་སྟོམ་པོ་འོ། །སྤྱི་ལྟའི་བརྟག་པ་དགྲ་  
པའི་རབ་བྱེད་གསུམ་པ་ལས། སྟེགས་བམ་དང་ནི་གྱིས་སྦྱ་ཉིད། །གལ་ཏེ་སྐལ་བ་མེད་  
མཐོང་ན། །སྦྱེ་བ་འདིར་ནི་འགྲུབ་མི་འགྲུབ། །འདིག་རྟེན་པ་རོལ་སྟོད་ཡུལ་མིན། ཞེས་  
གསུངས་ཤིང་བཤད་རྒྱུད་རྟོ་རྟེ་སྟེང་བར་ཡང་ནན་ཏན་ཆེ་བར་གསུངས་ཏེ་གྱིས་སྦྱ་  
སྟོད་མིན་ལ་སྟོན་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་དངོས་བྱུང་འགྲུབ་པ་ལ་ཆེས་རིང་དུ་བྱེད་  
དོ། །བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྟོར་བྱིས་ཀྱིས་ནི་ཁྱབ་པར་སྤང་བས་སྦྱབ་པར་  
མི་རུས་པས་ན་དམ་ཆེག་རྟོར་བྱིས་ཟུར་བ་མི་སྟོན་པ་ཞིག་བཅང་གསུང་སྟེ་ལེགས་  
པ་འདྲའོ། །དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པའི་དུས་བྱ་དང་པོ་ལས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཕྱག་རྒྱ་མི་ཤེས་པ་

གཞན་སྤྱི་ཡོད་རུང་བ་ལ་བྱག་རྒྱ་གར་ཡོད་རུང་བ་བསྟན་པར་མ་བྱེད་ཅིག །ཅེས་  
གསུངས་ཤིང་དེའི་འགྲེལ་བར་ཡང་། ཐན་གཅིག་ཀྱང་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །བྱག་རྒྱ་མི་ཤེས་པ་ནི་དམ་ཆོག་མ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་ཀོ་ས་  
ལའི་རྒྱན་ལས་སྤྱི་སྟེགས་དང་དེ་ཉིད་སྤང་བས་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་མ་ཞུགས་པ་ལ་  
བཤད་དོ། །ཡན་ལག་གི་ལྟངས་ལ་འགྲེལ་ཞུས་ལས། བྱག་རྒྱ་མི་མཁས་པ་ལ་བྱག་རྒྱ་  
མི་བསྟན་པར་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་དེའོ། །སྟོན་པོ་བཞི་བ་བཤད་པ་ནི། ཆོགས་ཀྱི་  
ནང་དུ་ཚོད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཆོགས་འཁོར་རམ་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོའི་  
སྟོན་མོའི་དུས་སྤྱི་ཚོད་ན་སྟོན་པོའོ། །དེར་ཞུགས་པ་ན་ལྟའི་ར་རྒྱལ་དང་སེམས་ཅན་  
ལ་བཅེ་བ་དང་ཡོན་བདག་གི་ཆོགས་བསག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་གནས་དགོས་པ་ལ་  
པན་ཚུན་དག་ཚོད་པ་དང་ལུས་ཀྱིས་ཐན་ཐལ་མོ་དེག་པ་ཅན་བྱེད་ཀྱང་རུང་སྟེ་སྟོན་  
པོའོ། །ཞེས་སྟོན་པོའི་འགྲེལ་བ་ལས་སོ། །འདི་ལ་རིམ་ལྔའི་འགྲེལ་བ་གཉིས་སྤྱི་པས་  
པར་འཆད་པ་དོན་མིན་ནོ། །སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། བྲེ་མོའི་གཏམ་ཀྱིས་འདུ་འཛིན་  
སེམས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་བྱ་སྟེ། །བྱས་ན་དཔུལ་སོགས་འབྲས་ཐོབ་འགྱུར། །མཆོད་  
ཆོ་གཤུངས་ན་དུ་འཁོད་དེ། །སྟེད་པས་ཡི་དྲགས་ངེས་པར་འགྱུར། །རང་གི་བསམ་  
གཏན་བལ་གྱུར་ན། །དུད་འགྲོའི་གནས་སྤྱི་ལྟར་བྱིར་དང་། ཞེས་ཆོགས་འཁོར་གྱི་  
སྐབས་སྤྱི་གཞན་ལ་སྟོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་ཀྱི་དམིགས་གསུངས་སོ། །སྟོན་པོ་  
ལྔ་བ་བཤད་པ་ནི། དད་ལྟན་ལ་གཞན་ཆོས་སྟོན་དང་། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དད་ལྟན་  
སྟོན་རུང་གི་གང་ཟག་གི་ཆོས་ལ་འདྲི་བ་ནི་ཆོས་གཞན་སྟོན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་དོན་དམ་

པའི་མཆོད་ཉིད་འདི་བ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ལ་འབྲེལ་བ་ས་འཆད་  
དོ། །རྟེན་བྱངས་ཀྱིས་ཀྱང་། དད་ལྡན་ཆོས་ལ་འདི་བ་ན། །ཆོས་ཉིད་གཞན་དུ་སྟོན་པ་  
ནི། །དེ་ལ་སྟོམ་པོར་བཤད་པ་ཡི། །ལྟར་བ་ལྟ་བར་རྒྱལ་བ་ས་གསུངས། །ཞེས་  
སོ། །སྟོམ་པོ་དུག་པ་བཤད་པ་ནི། །ཉན་ཐོས་ནང་དུ་ཞག་བདུན་གནས། །ཞེས་ཏེ།  
གསང་སྤྲུགས་ལ་སྤུན་འབྲེན་བྱེད་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་བའི་ནང་དུ་ཞག་དུག་  
གནང་བ་ལ་ཞག་བདུན་གནས་ན་སྟོམ་པོ་འོ། །སྟོག་ལ་སོགས་པའི་བར་ཆད་དང་རྒྱལ་  
པོའི་བཀའ་སློང་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ན་ཉེས་མེད་དུ་འཆད་དོ། །སྟོམ་པོ་བདུན་པ་ནི། །རྩལ་  
ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་དང་རྒྱལ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། །ལྟའི་སྤྱབ་ཐབས་ཅམ་ཞིག་ལ་བརྟེན་  
ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པར་དང་རྒྱལ་ཀྱིས་གནས་ཤིང་སྟོན་ན་སྟོམ་པོར་འབྲེལ་བ་  
ལས་བཤད་དོ། །མ་རྩུས་རྣལ་འབྱོར་མི་ཤེས་པར་རྣལ་འབྱོར་པར་མངོན་པའི་དང་  
རྒྱལ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་གཉིས་དོན་འབྲེལ། །སྟོམ་པོ་འདི་ད་ལྟ་འབྱུང་ཉེ་བར་སྤང་  
དོ། །སྟོམ་པོ་བརྒྱད་པ་ནི། །དད་པ་མེད་ལ་ཆོས་སྟོན་པ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། །འདི་ནི་  
དབང་གིས་མ་སྟོན་པའི་སྤྲུགས་ལ་མི་དད་པ་ལ་དབང་བསྐྱར་བའམ་སྟོན་ཡང་སྤྲུགས་  
ལ་མི་དད་པར་ཕྱིར་ཆོས་ལ་མོས་པ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་གསང་བ་བསྟན་པའི་སྟོམ་པོ་སྟེ། །རྟ་  
དབྱངས་ཀྱིས། །གང་ཞིག་སྟོད་མིན་སེམས་ཅན་ལ། །ཕྱི་ཡི་ཆོས་མོས་དེ་ལ་  
ཡང་། །གསང་བའི་ཆོས་ནི་ཡང་དག་སྟོན། །ཞེས་སོ། །མ་སྟོན་པ་ལ་སྤྲུགས་ཀྱི་གསང་  
བ་བསྤྲུགས་པའི་ཉེས་པ་ནི་རྩ་ལྷུང་གི་སྐབས་སུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །འདི་རྣམས་སྟོམ་པོའི་  
ལྟར་བར་བཤད། །ཅེས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །རྩ་ལྷུང་སྟོམ་པོའི་རིམ་བཤད། །ཆོ་ག་  
ཡིས་ནི་ཤེས་བྱ་ཞིང་། །ཉམས་པར་གྱུར་ན་བཤགས་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ནི་རྩ་ལྷུང་དང་

སྟོམ་པོ་ནཱ་ས་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་དག་གིས་རང་རྒྱུད་ཉམས་པར་གྱུར་ན་ཆོ་ག་  
བཞིན་དུ་བཤགས་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ་རྟོག་བྱངས་ཀྱི་གལ་ཏེ་བྱུར་ན་ཆོ་ག་  
བཞིན། བཤགས་ན་དཔུལ་བར་མི་འགྲོ་ལོ། ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། རྟོ་རྩེ་ཐེག་པའི་  
སྟོམ་པོའི་ལྷུང་བ་སྟོབ་དཔོན་གྱུ་སྦྱབ་ཀྱི་ཞལ་སྤྱ་ནས་མཛད་པ་རྩོགས་སོ། །ཞེས་པ་  
སྟེ་འདི་ནས་རྩེ་ལྷུང་བཤད་པ་བཞིན་དུ་མན་སྟེ་དང་བསྟན་པའི་ཤོར་ཐམས་ཅད་པའི་  
སྦྱབ་ཐབས་དང་“སྟོམ་”འབྱུང་གི་འགྲེལ་བ་ནཱ་ས་སུ་སྟོམ་པོ་བརྒྱུད་དུ་མཛད་ལ་རྟོ་  
དབྱངས་ཀྱི་སྟོམ་པོའི་གཞུང་དང་ཡང་མི་མཐུན་པ་མི་སྤྲང་རོ། །རྟོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་གྱི་  
ལེའུ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ལས། དམ་ཆོག་མི་ལྡན་རིག་མར་བསྟེན། །ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོར་ཚོད་པར་བྱེད། །གསང་བའི་ཆོས་ནི་སྟོན་པ་དང་། །དད་ལྡན་ནཱ་ས་ལ་གཞན་དུ་  
སྟོན། །ཉན་ཐོས་ནང་དུ་ཡུན་རིང་གནས། །སྟོད་མི་རུང་ལ་གསང་བ་བསྟན། །ཁ་ན་མ་  
ཐོ་སྟོམ་འགྱུར་ཏེ། །སྐགས་པ་དེ་ཡི་དམ་སྟོམ་ཟད། །ཟད་པས་འགྱུབ་པར་ཡོངས་མི་  
འགྱུར། །དེ་བས་ཉིན་རེ་ལན་གསུམ་དུ། །ཁ་ཏོན་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱག་པར་བྱ། ཞེས་སྟོམ་  
པོའི་ལྷུང་བས་ཀྱང་དངོས་བྱུང་འགྱུབ་ཏུ་མི་སྟེར་བ་དང་སྤར་བྱངས་པ་ལྟར་དཔུལ་བ་  
ཆེན་པོར་འཕེན་པ་ཅ་ལྷུང་དང་འབྲ་བར་གསུངས་སོ། །འདིར་སྟོམ་པོ་བྱུག་ལས་མ་  
བསྟན་ཡང་དང་པོའི་ནང་དུ་སྤར་བཤད་པའི་དང་པོ་གཉིས་འདུས་ཏེ་སྟོབས་ཀྱིས་  
ཤེས་རབ་ལེན་པ་ནི་ཡུལ་“མཆན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པ་ལ་སྦྱད་པའི་ལྷུང་བ་ཡིན་ལ་  
སྟོབས་ཀྱིས་དེའི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ལེན་པ་ནི་ཡུལ་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་ཡང་བསྟེན་  
ཚུལ་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་མ་བྱས་པའི་ལྷུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། གསང་བའི་

༡ སྟོམ་

༢ མཆན

၇                      ၂၃၃

३३५



བྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟ་དེ་ལ་སྐད་ཀྱི་སྒྲིམ་པོ་དང་། སྒྲིམ་པ་གཞན་གྱི་ལྷུང་བྱེད་  
སོགས་ལྷུང་བ་གཉིས་སྟེད་པར་སྟོན་པའོ། །གཞན་རྣམས་ནི་སྤར་བཤད་ཟེན་ཏོ། །རྒྱ་  
ཆེར་འབྲེལ་ལས་འདི་དང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བའི་ཡན་ལག་གི་ཉེས་པ་བརྒྱད་དང་བཙོ་  
ལྷ་དང་བདུན་བཤད་ལ། ཕྱི་མ་གཉིས་དམ་ཆོག་གི་ཆོ་ག་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས་ཀྱང་  
འབྱུང་ནའང་ཕྱི་མ་དེར་བཙོ་ལྷ་པོ་དུས་འཁོར་ལས་གསུངས་པའི་རྩ་བའི་དམ་ཆོག་ཏུ་  
བཤད་སྤར་བས་དེ་དག་ལ་རྩ་བའི་དམ་ཆོག་གི་དོན་མེད་ཅིང་། ལུངས་ལ་ཡིད་བརྟན་  
མི་སྤར་བ་དང་མཁས་པའི་གཞུང་གཞན་ལས་ཀྱང་མ་མཐོང་བས་འདིར་མ་བྲིས་  
སོ། །དེས་ན་དམ་ཆོག་གི་ཆོ་ག་ཀུན་ལས་བརྟུས་ཀྱང་རྫོགས་ཆེན་པོས་མཛད་པ་མིན་  
པར་གོའོ། །དེ་དག་ནི་བསྐྱེད་བའི་དམ་ཆོག་ཆེས་ཆེ་བ་རྣམས་ཡིན་གྱི། རྒྱས་པར་ནི་  
མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་རྒྱུད་སྟེ་རྣམས་ལས་བཀའ་སྒྲུབ་ཏོ། །བཟའ་བའི་དམ་ཆོག་ཤིང་ལྷ་  
དང་བདུད་ཅི་ལྷ་བསྟེན་དགོས་པར་རྣལ་འབྱོར་ཟླ་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་གསུངས་པ་  
རྣམས་ལ་གྲུབ་ན་ལས་དང་པོ་བས་རི་ལུ་བྱས་ནས་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་བསྟེན་པར་  
གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་ལ། མ་གྲུབ་ན་བཟའ་བརྟུང་ལ་དེ་དག་བསམ་གཏན་ཅམ་གྱིས་  
བསྐྱེད་ནས་ཡོངས་སྟོན་པར་བྱས་པས་ཀྱང་འབྲུབ་སྟེ་དམ་ཆོག་ལྷ་པ་ལས། གང་ཡང་  
དག་ནི་མི་རྟེན་པའས། སྟོན་མ་ཡིན་པས་འདིགས་པ་ཡང་། །བདུད་ཅི་ལྷ་དང་ཤིང་ལྷ་  
དག་ །བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་ཡོངས་སུ་བརྟག་ །ཅེས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྫོང་བྲིལ་དང་  
བཟང་བྲེད་ལ་སོགས་པ་གཟུང་བ་བསྟེན་པའི་དམ་ཆོག་ལ་ཡང་གནས་དགོས་ཏེ།  
སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། རི་ལུ་ལ་སོགས་དམ་ཆོག་དང་། རྫོང་བྲེད་སོགས་ཡོ་བྱད་  
རྣམས། །གསང་བའི་རྣམ་སུ་རྣམས་བརྟགས་ཏེ། །ནམ་དུ་ཡང་ནི་འབྲལ་མི་བྱ། །ཞེས་

དང་། གྲུང་ལས་ཀྱང་། རྗེ་རྗེ་བུ་བཅང་བར་བྱ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །གཉིས་  
 བ་དུས་འཁོར་ནས་བཤད་པའི་ལྷུང་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ནི། དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྣམ་  
 གཞག་པལ་ཆེ་བ་ནི་སྤགས་གཞན་སྤྱི་འགོ་དང་མི་འདྲ་བ་མང་བས་གྲུང་དུ་བསྟན་  
 བར་བྱའོ། །འདི་ལ་གཉིས། རྗེས་མར་སྟོམ་བ་གཟུང་ཚུལ་དང་། དེ་དང་འགལ་བའི་  
 ལྷུང་བ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། དབང་ལེ་ལས། འདོད་པའི་རྗེ་རྗེ་ལ་ནི་རྗེ་རྗེ་བུ་བུ་  
 ཕྱག་རྒྱ་མ་དག་ཀྱང་སྤྱི་པོས་གཟུང་བར་བཤི། རིན་ཆེན་ལ་ནི་སྤྱིན་པ་སྤྱིན་བཤི།  
 འཁོར་ལོ་འདི་ལ་རྒྱལ་བ་མཆོག་གི་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་བར་བཤི། རལ་གྱི་ལ་ནི་མཆོད་  
 བ་བཤི་ཉྟེ་གསལ་བར་ཚུས་རིགས་ལ་སྟོམ་པ་རྣམས་ནི་བསྐྱུང་བར་བཤི། སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ནི་ཐར་པའི་སྒྲོད་དུ་རྒྱལ་བ་སྤྱེད་མཛད་རིགས་ལ་བྱང་ཚུབ་བདག་གིས་  
 བསྐྱེད་བར་བཤི། ཞེས་བ་འདིས་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་སྟོམ་པ་འཛིན་པ་མཛད་  
 རོ། །དེ་ལ་རྗེ་རྗེ་འཛིན་རིགས་ལ་རྗེ་རྗེ་བུ་ཕྱག་རྒྱ་མ་དག་ཀྱང་བ་བཞི་རིན་ཆེན་ལ།  
 རིན་ཆེན་སྤགས་ཐངས་པ་ལང་ན། རྒྱང་ཆེན་བུ་མོ་ཁོར་འཛིན་དང་། འདོད་པའི་རྒྱང་  
 ལ་རང་གི་ལ། སྤྱིན་པ་རྣམས་པ་བཅུ་དྲུ་འདོད། ཅེས་པ་ལྟར་སྤྱིན་པ་བཅུ་སྤྱིན་པ་དང་  
 འཁོར་ལོའི་རིགས་ལ་ལ་ལྟ་དང་བདུད་ཅི་ལྟ་དང་ཕྱང་པོ་དང་དབང་པོའི་ཆོགས་པ་  
 བསྐྱུང་བ་དང་བསྐྱེད་རིགས་ལ་འཛོག་པ་མེད་པའི་ཆངས་སྟོད་ཀྱི་སྟོམ་པ་སྟོང་བ་དང་  
 རལ་གྱི་འཛིན་རིགས་ལ་དཀོན་མཆོག་སོགས་མཆོད་པ་དང་རྒྱལ་བ་སྐྱུང་མཛད་རྗེ་རྗེ་ཅི་  
 གཅིག་པའི་རིགས་ལ་སྟོང་པ་དང་སྟིང་རྗེ་འདག་“ཉིད”ཀྱི་ཕྱག་ཆེན་ཀྱི་དངོས་  
 གུབ་བསྐྱེད་བར་བཤི། ཞེས་གསུངས་བས་སྟེ་མ་འགའ་ཞིག་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་

ཡོད་ལ་བྱི་མ་འདི་གཞན་ལ་མེད་ནའང་མི་བསྐྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་  
དམ་ཚིག་སྐྱོང་བར་ཁས་སྦྱངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྡོམ་པ་འཛོལ་བས་སྡོམ་པ་སྦྱི་བ་ལ་འབྲ་  
བ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་ཆེན་ལས། དེ་རྣམས་བྱེད་བར་ཁས་ལེན་པ་ལ་སྡོན་ལམ་  
མོ། །ཞེས་གསུངས་པས་འདི་སྡོམ་པ་འཛིན་པ་མིན་པ་དང་སྐད་ཀྱི་སྡོམ་པ་དབང་  
ཐམས་ཅད་རྫོགས་ནས་སྐྱོལ་ཞེས་ཁ་ཅིག་སྤྲོ་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་སྡོམ་པ་  
ལེན་པའི་ཆོ་ག་མིན་ན་ནི་དུས་འཁོར་བའི་ལུགས་ལ་རིགས་ལྡེའི་སྡོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་  
ག་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། བརྟལ་བྱུགས་ཉེ་ལྷ་སྤྱིན་པ་སྡོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་  
གའོ་སྤྲོམ་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་ཉེ་དེ་ནི་སྲོག་གཅོད་སོགས་བཞི་དང་ཆང་ལ་སོགས་པ་  
ལས་ལྡོག་པར་བྱའོ། །ཞེས་སྡོབ་དཔོན་ཀྱིས་སྡོན་པ་ཅམ་ཡིན་པས་སྡོབ་མས་ལེན་  
པའི་ཆོ་གར་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་དག་གི་དོན་ལ་སྐད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་  
པའི་“སྡོམ་”པ་ལེན་པའི་ཚུལ་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྡོན་ལམ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་  
དེ་རྣམས་བདག་གིས་བསྐྱུང་བར་བྱའོ་སྤྲོམ་དུ་སྡོན་པ་བྱས་ནས་འཛིན་པ་ལ་གསུངས་  
པས་དེ་ཅམ་ཀྱིས་སྡོམ་པ་ལེན་པར་འགལ་ན་སྡོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོ་ག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
རང་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་བསྐྱུང་རོ་སྤྲོམ་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་པས་དེ་དག་ཀྱང་སྡོམ་  
པའི་ཆོ་ག་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱད་ལས། ཅ་བའི་ལྷང་བ་རྣམ་པར་དག་  
པར་འགྱུར་ཉེ་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་དབང་བདུན་ལ་གནས་དག་གིའོ། །ཞེས་ཆུ་དབང་  
སོགས་བདུན་ཅམ་ཐོབ་པ་ལ་ཅ་ལྷང་འབྱུང་བར་གསུངས་ལ་“སྡོམ་པ་མེད་ན་ཅ་ལྷང་  
འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐུན་མོང་གི་“སྡོམ་པ་ཡང་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་

བ་དང་པར་བྲིན་བཅུའི་ལམ་ལ་བཞུགས་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པས་གཟུང་  
 "དགོས་ཀྱི་སོ། །དེའི་ལ་ཆོག་རྩོམ་ཐབས་ལ་དུས་འཁོར་གྱི་དེའི་ལ་འཁོར་དུ་  
 འདུག་པ་རྣམས་ལ་"སྟོན་པ་ལེན་ཚུལ་བྱུང་པ་མ་བཤད་པར་སྦྱར་རིགས་ལྡེ་སྟོན་  
 གཟུང་རྒྱུད་གཞན་ན་ཡོད་པས་འཛིན་པར་བཞད་པས་ན་"སྟོན་གཟུང་གི་ཆོག་  
 རྣམས་དོན་འདྲ་བ་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དབང་གོང་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱར་ཚུལ་  
 མི་འདྲ་བ་གཉིས་མཛད་པ་དང་རྒྱུད་བཅུད་དེའི་ལ་འཁོར་གྱི་བྱང་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་  
 བ་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ངེས་པ་དང་དབང་བདུན་ཅུ་བསྐྱར་བ་ལ་རིགས་ལྡེ་སྟོན་པ་  
 རྟེན་པར་མཛད་པ་ནི་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་ཆོས་ཡིན་པས་གཞན་རྣམས་དང་འདྲ་བ་མ་  
 ཡིན་"ནོ། །གཉིས་པ་ནི། དབང་ལེ་ལས། དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་ཐུགས་དགྲུགས་པ་  
 ལས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ནི་རྩ་བའི་ལྷུང་བ་རི་བོང་འཛིན་པར་འགྱུར། དེ་ཡི་བཀའ་ལ་  
 འགོངས་པས་གཞན་དུ་འགྱུར་ཏེ་ངེས་པར་དེ་བཞིན་སྦྱར་ལ་ཁྲོས་པས་གསུམ་  
 པའོ། །བྲམས་པ་བཏང་བས་བཞི་པར་འགྱུར་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་རབ་ཏུ་ཉམས་ཡ་  
 ལས་ཀྱང་མདའ་རུ་འགྱུར། རྒྱལ་པ་བྱུ་བ་པའི་མཐའ་ལ་སྟོན་པའི་རི་བོ་དག་ཀྱང་མ་  
 སྟོན་མི་ལ་གསང་བ་བྲིན་ལས་སོ། །ཕྱང་པོ་ཉོན་མོངས་པ་ལས་སྦྱ་རུ་འགྱུར་ཏེ་སྦྲར་  
 ཡང་དགུ་བ་དག་པའི་ཆོས་ལ་མ་དད་གང་། །སྦྱ་ཡི་བྲམས་པ་དང་ནི་མིང་སོགས་བྲལ་  
 བའི་བདེ་བ་སྟེར་ལ་རྟོག་པ་ཕྱོགས་དང་དག་པའོ། །དག་པའི་སེམས་ཅན་དག་ལ་སྟོན་  
 བཞུང་པ་ལས་ཉི་མའོ་དམ་ཆོག་"ཐོབ་ཀྱི་བ་གཏོང་བ་བས་ཀྱང་གཞན། བྱང་མེད་

༡ དགས

༢ རྟེ

༣ ཐོབ

ཐམས་ཅད་ལ་སྟོང་ངེས་པར་མ་རྒྱུར་ཏེ་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པར་གནས་པ་ནཱ་མས་  
ལའོ། །ཞེས་སོ། །རྟོ་རྟེ་ཐེག་པར་གནས་པ་ནཱ་མས་ལ་ཞེས་པ་ནི་ལྷུང་བ་དེ་ནཱ་མས་  
བསྐྱེད་པའི་རྟོན་རྟོན་པ་<sup>༡</sup>སྟེ་དབང་བསྐྱུར་ཞིང་སྟོམ་པ་བཟུང་བ་ནཱ་མས་སོ། །རི་བོང་  
ལའི་ན་པ་ནི་གཅིག་གི་མིང་སྟེ་སྟོ་མའི་ཐུགས་སུན་ལྷུང་བའི་ལྷུང་བ་དང་<sup>༢</sup>པོའོ། །འདི་  
ལ་སྟོ་མ་ནི་རང་གི་རྟོ་རྟེ་སྟོ་བ་དཔོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རང་གི་དོན་ལ་ཐུགས་འཁྱུག་པ་  
ནི་དམ་པར་མི་རུང་བས་གཞན་གྱི་དོན་ལ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་སྟོ་བ་མ་དེས་མི་དག་  
པ་ལ་ཐུགས་པའི་སྟོན་སྟོ་མའི་ཐུགས་འཁྱུག་པར་བྱས་ན་ཅ་ལྷུང་དུ་གསུངས་ལ།  
དུ་རི་ཀ་པས་སྟོ་མ་དམ་པར་ཤེས་པ་དང་དེ་མི་དགེས་པར་ཤེས་པ་དང་ཉོན་མོངས་  
པས་བསྐྱངས་པའི་ལུས་དག་གི་ལས་དང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་ཡིན་པ་དང་རང་གི་དོན་  
ལྷུང་སྟོང་བའི་བསམ་པ་དང་སྤྱར་སྤྱར་བསམ་མེད་པ་དུག་ཆང་ན་ཅ་ལྷུང་དུ་འཆད་  
དོ། །གཞན་ནི་ལྷུང་བ་གཉིས་པ་སྟེ་སྟོ་མ་དམ་པ་དེའི་བཀའ་ལ་འགོངས་པ་སྟེ། བཀའ་  
བསྟོན་མ་ཉན་པའོ། །འདི་སྟོ་མའི་སྟོག་དུ་མི་དགེ་བ་བཅུ་བྱེད་པ་ལ་གསུངས་པ་ཅམ་  
ལས་མི་སྤྱང་བ་ལ་དུ་རི་ཀ་པས་སྟོ་མ་དུག་དང་ལྷན་པ་ལ་བཤད་དེ་མི་དགེས་པར་  
ཤེས་པ་རང་ལ་ཆེད་དུ་གཏད་པའི་ཆོས་ཀྱི་བསྟོན་བཅག་ནས་ཉེས་སྟོན་ལ་འཇུག་པ་  
ལ་བྱ་དགོས་སོ། །དེས་ན་སྟོ་མ་ནི་རང་ལ་སྟོ་མས་བསྟོན་བཅིན་ཡང་རང་ཉེས་སྟོན་ལ་  
འཇུག་པ་དེ་ལ་སྟོན་མའི་དོན་དུ་སྟོ་མ་མི་དགེས་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་དེ་ལ་རི་མི་སྟོ་མ་  
པར་བྱས་ནས་རང་ཉེས་སྟོན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་སྟོ་མ་ལ་མི་དགེས་པ་མེད་  
ཀྱང་རང་གིས་སྟོ་མའི་དཀའ་དང་འགལ་བར་བྱེད་པ་ལ་རི་མི་སྟོ་མ་པར་བྱས་ནས་

༡ ལྷ  
༢ པའོ

ཉེས་སྒྲིང་ལ་ཞུགས་པའོ། །སྤར་སྤྱངས་བསམ་མེད་པའི་དུས་ལ་གསལ་ཁ་མི་སྤར་  
ཡང་བྱ་བ་དེའི་འགོ་བརྒྱམས་པ་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཡན་ཆད་དུ་  
མེད་པ་ལ་བྱ་དགོས་སོ། །སྤྱན་ལ་ཁྲིས་པ་ནི་དོན་རྩེ་སྤྱན་བསྐྱབ་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་ཁྲིས་  
བ་ཞེས་པ་ཙམ་ལས་འགྲེལ་ཆེན་དུ་མ་གསུངས་ཀྱང་དོན་དམ་བསྟེན་པ་ལས། སྤྱན་  
ལ་རབ་ཏུ་ཁྲིས་ནས་སྤྱས་པ་གསུམ་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པས་སྤར་བ་འདད་པ་རྣམས་  
དང་འབྲ་བར་མདོན་ནོ། །དེ་རི་ཀ་བས་སྤར་གྱི་ཆོས་བྱུག་གི་སྟེང་དུ་དོན་རྩེ་སྤྱན་ཡིན་པ་  
སྟེ་ཆོས་བདུན་ལྷན་དང་ཞེ་སྤར་གིས་སྤྱན་གྱི་བཀའ་བསྟོན་བ་བཅག་པ་ལ་འཆད་  
དོ། །དེའི་ལྟར་ན་དང་པོ་གཉིས་གྲོགས་དམ་པར་ཤེས་པ་དང་དེའི་བཀའ་བསྟོན་བ་  
བཅག་པ་ཞེས་པས་བརྗེད། །དེ་རི་ཀ་བས་སྤར་མ་གཅིག་གིས་བསྐྱས་པའི་སྤྱན་ལ་  
བཀའ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་པ་ཇི་ལྟར་བསྐྱས་ཚུལ་མ་བཀའ་དོ། །བྱམས་པ་བཏང་བ་  
ལ་ཆུང་དུ་ནི་ཆུ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་ལྟར་སྐད་ཅིག་ཙམ་བྲལ་ཡང་དེ་ནས་ལྷོག་  
པའོ། །འབྲིང་ནི་བྲེ་མ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་ཆུང་གིས་འབྲལ་ལ་ཉམས་པར་བྱེད་པར་ལྟར་  
དོ། །ཆེན་པོ་ནི་ས་གས་པ་དབྱར་གྱི་ཆུས་སྤར་ཡང་མཉམ་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆེན་  
པོའི་ཆེན་པོ་ནི་རྩོ་སོ་སོར་སོང་བ་སྤར་མི་འབྱོར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་འབྲ་བའི་བྱམས་པ་  
བཏང་བ་ལ་ཅ་ལྟར་དུ་གསུངས་ནས་དུས་གྱི་ཆད་མ་གསུངས་པ་ལ་དེ་རི་ཀ་བས་ཉིན་  
ཞག་གཅིག་ཚུན་ཆད་དུ་བྱམས་པ་སྤར་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་བཀའ་དོ། །བྱང་ཆུབ་གྱི་  
སེམས་ནི་ཁུ་བ་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མེད་པ་དང་པོ་གཉིས་གྱི་བདེ་བས་འཆང་རྒྱ་བར་  
འདོད་པ་ལ་ཅ་ལྟར་དུ་གསུངས་པས་བསམ་པ་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ནས་ས་བོན་  
ཉམས་པར་བྱས་པ་ཞིག་དགོས་པ་འབྲ་བ་ལ། དེ་རི་ཀ་བས་ནི་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བའི་

རང་བཞིན་གཤམ་པ་དང་འགྲུར་བའི་བདེ་བ་ཅམ་དང་དུ་སྒྲུང་བའི་བསམ་པ་དང་དེ་ལ་  
ལེགས་པར་འཛིན་པ་དང་གསང་དབང་དང་གཞན་གྱི་དོན་དང་རི་ལུ་ལ་སོགས་པའི་  
ཆེད་མ་ཡིན་པ་སྟེ་བཞི་དང་ལྷན་ན་ཙ་ལྟར་དུ་འཆད་དོ། །དུག་པ་ནི་འགྲེལ་ཆེན་ལས།  
བྱུང་བའི་མཐའ་ནི་གཤམ་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་སྐྱགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཀྱི་ལེའུ་ལོ། །དེ་ལ་སྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དུག་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྟོན་ཚུལ་  
ནི། དུ་རི་ཀ་པས་བྱུང་མཐའ་ནི་གཤམ་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
དང་སྐྱགས་ཀྱི་ཚུལ་ཐ་དད་པར་འཛིན་པ་ནི་ཙ་བའི་ལྟར་བ་ཡིན་ཞིང་ཞེས་འཆད་པ་  
ལྟར་སྐྱགས་དང་པར་བྱིན་གྱི་ཐེག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཉིས་ལ་མཆོག་དམན་དུ་བཟུང་  
ནས་སྟོན་པ་ལོ། །དེ་ཡང་སྐྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་དབྱེར་མེད་པའི་ཤེར་བྱིན་གྱི་ཐེག་པ་  
དང་ཞེས་སྟེ་སྟེ་ལ་གནས་ནས་སྟོན་ཆོག་སྐྱས་པ་དང་གཞན་གྱི་དོན་མ་ཡིན་པ་དང་  
ལེགས་པར་འཛིན་པ་དང་འགྲོད་པ་མེད་པ་ལྟ་ཆང་ན་ཙ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་  
པའི་ཐེག་པ་ལ་སྟོན་པ་ལ་ཙ་ལྟར་མེད་ཀྱང་སྐྱུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་འཕྲོག་པར་འཆད་  
དོ། །དེ་ཡང་སྟོན་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟེ་སྟེ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རི་  
བོ་ནི་བདུན་པ་ཡིན་ལ་མ་སྟོན་པའི་མི་ཉན་སོས་ཀྱི་ལམ་ལ་གནས་པ་ལ་གསུངས་པ་  
ནི་སྐྱགས་ལ་མི་དད་པའི་མཆོན་བྱེད་དོ། །སྟོག་པའི་གསང་བ་ནི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་བྱིན་  
པ་ལས་སྟོན་དཔོན་རྣམས་ལ་ལྟར་བཤོ། །ཞེས་གསུངས་བས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་  
པའི་གསང་བ་བསྐྱགས་པ་ལོ། །དུ་རི་ཀ་པས་གསང་བ་བསྐྱགས་ན་མི་མོས་པ་སྟེ་བ་  
དང་གཏུག་པའི་དོན་མིན་པ་དང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གསང་བ་བསྐྱན་པ་སྟེ། ཆོས་

གསུམ་ཆང་ན་ཙ་ལྷུང་ཡིན་ལ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་གསང་བ་ལས་གཞན་བསྟན་པའི་ལྷུང་  
བས་འདྲིག་ཆེན་པའི་དངོས་བྱུང་ཉམས་པར་བྱེད་པར་བཤད་དེ་དབང་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་  
གསལ་ཁ་མི་སྤང་རོ། །འོན་ཀྱང་དབང་མ་ཐོབ་པ་དགོས་པར་མངོན་ཏེ་དོན་དམ་  
བསྟན་པ་ལས། སྤྲུགས་པ་མིན་ལ་ཐེབས་པར་སྤྲོ་བས་རི། །ཞེས་གསུངས་པས་  
སྤྲུགས་པ་མིན་པ་ནི་དབང་གིས་མ་སྤྲོན་པའོ། །ཐེབས་པར་སྤྲོ་བ་ནི་གསང་བའི་གནས་  
མི་གསང་བར་འཆད་པ་སྤྱི་ལ་གསུངས་པས་འགྲེལ་ཆེན་ལས། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་  
གསང་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་གཙོ་བོའི་སྟོན་མཆོན་པ་འདྲའོ། །སྤྱི་བརྒྱད་པ་ཉེ་  
ཕྱང་བོ་ཉོན་མོངས་པར་བྱས་པའི་ལྷུང་བའོ། །དེ་ཡང་སྤྱང་བར་གནས་པ་ལ་བཀོད་པ་  
ལ་སོགས་པ་དང་ལུས་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་ལ་གསུངས་ཏེ། ལུས་ལ་རང་  
དགར་ཆ་གྲངས་དང་བཟའ་བརྒྱུད་གཙོད་པ་དང་ཡན་ལག་གཙོད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཉོན་  
མོངས་པར་རམ་སྤྱག་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །དྲ་རི་ཀ་བས་རང་གསོད་པར་བྱེད་ན་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་ནས་ཙ་ལྷུང་དང་ཕྱང་སོགས་རྒྱལ་བ་དང་ལྷ་མོ་དང་སེམས་  
དབར་ཤེས་པ་དང་དེ་མཉམ་བས་བདེ་བ་ལས་ཉམས་པར་ཤེས་པ་དང་། གཞན་  
འདུལ་བའི་དོན་མིན་པ་གསུམ་ཆང་ན་ཙ་ལྷུང་དུ་འཆད་དོ། །ཁ་ཅིག་རང་ཉིད་ལྟར་  
སྟོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་བཟའ་བརྒྱུད་གཙོད་པའི་སྤྱང་གནས་བྱས་ན་ཙ་ལྷུང་བསྐྱེད་  
དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཏ་ཅང་མ་བརྟགས་པར་སྤྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་  
ལྟར་བསྟོམ་པ་དང་སྤྱང་གནས་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་གསུངས་པ་དང་རྟོག་དབྱིངས་ལྟ་  
བུའི་ལྟའི་སྟོམ་བཟླས་མཐར་བྱིན་པས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནམ་མཁའ་ལ་འཛོག་  
རུས་པའི་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་སྤྱང་བར་གནས་པ་བྱ་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་ཏེ། རྟོ་



རྗེ་འབྲུང་བ་ལས་སློབ་དཔོན་གྱིས་སྟོན་དུ་བསྟེན་པ་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་སྤར་ལྟར་  
བཤད་ནས། དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པའི་ཞག་ནི་སློབ་དཔོན་སློབ་མ་དང་བཅས་པ་  
སྤྱར་བར་གནས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་ལྟུང་བ་བརྒྱད་པར་འགྲོ་  
བའི་སྤྱར་གནས་ནི་རང་དགར་ཕུང་པོ་གཟེར་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་ལུས་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
བར་བྱེད་པ་ལ་འཛིག་པས་སྤྱར་གནས་ཀྱི་མིང་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲའོ། །དག་པའི་  
ཆོས་ནི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་ལ་དེ་ལ་མ་དད་པ་ནི་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་སྟོང་ཉིད་  
ཟབ་མོ་སུན་འབྲིན་པ་ལ་དྲ་རི་ཀ་པས་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་གཏུལ་བའི་དོན་  
མ་ཡིན་པ་དང་སྟོང་ཉིད་སྤངས་ནས་སློབ་བཅས་དང་དུ་སྤངས་པ་སྟེ་ཆོས་གཉིས་ཆང་  
ན་ཅ་ལྟར་དུ་བཤད་དོ། །ཕྱོགས་ནི་བཅུ་བ་སྟེ་སྟུ་ཡི་བྱམས་པའོ། །དེ་ནི་ཁ་ནས་ཆོག་  
གཞན་འདོན་ཞིང་སྟོང་ལ་གཞན་སེམས་པ་ལ་གསུངས་སོ། །དོན་དམ་བསྟེན་པ་ལས་  
ཀྱང་། གཏུག་པ་དང་བཅས་བྱམས་པ་བཟུང་པས་ཕྱོགས་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཞེ་  
ལ་གཏུག་པ་འཛིན་ཞིང་ཁ་ལ་བྱམས་པ་བྱེད་པ་འདྲ་ནའང་དྲ་རི་ཀ་པས་དམ་ཆོག་ལ་  
སོགས་པ་དད་པའི་སྟོན་ནས་མི་སྤྱང་བར་རྟེན་པ་དང་ཆོགས་བཅད་ལྟར་ཡེན་པའི་  
“ཚུལ”ཀྱིས་སྤྱང་བ་ལྟར་བྱས་ནས་སྟོག་ཏུ་མི་དགེ་བ་བྱེད་པ་ལ་བཤད་དོ། །འགྲེལ་  
ཆེན་ལས། མིང་སོགས་བྲལ་བའི་བདེ་བ་སྤྱར་ལ་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དྲག་པོ་ཞེས་པ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པའོ། །ཞེས་པ་  
ཅམ་ལས་མ་གསུངས་པའི་དོན་དྲ་རི་ཀ་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟུ་  
གསུང་སྤྱགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་སྤྱགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་

ཟླ་བའི་བདེ་བ་འགྱུར་བ་མེད་པ་འདི་གཉིས་ཀྱི་དཔེར་བྱ་བ་དང་བུལ་བ་བྱིན་པ་ལ་ཐེ་  
ཆོས་དང་ཡིད་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་དང་དུ་མི་ལེན་ཞིང་རྟག་པར་བྱེད་ན་རྩ་ལྷུང་སྟེ།  
དེ་ཡང་འགྱུར་བ་དེ་མ་ཡིན་པ་དང་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་དཔེར་བྱ་བ་ལས་འདས་པ་  
དང་གདུལ་བའི་དོན་མ་ཡིན་པ་དང་གསུམ་ཆང་བ་ལ་འཆད་པའི་དང་པོ་ལ་དགོས་པ་  
མི་སྤང་ངོ་། །དོན་དམ་བསྟེན་པ་ལས། དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཀུན་རྟོག་དབང་གི་བྲག་པོ་  
ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །ཉི་མ་ནི་བཅུ་གཉིས་པ་སྟེ་དག་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་འབྱོར་བ་ལ་  
སྟོན་བརྗོད་པའོ། །དེ་ཅམ་ལས་མ་གསུངས་པ་ལ་དྲ་རི་ཀ་པས་རྣམས་འབྱོར་བ་རྣམས་  
འབྱོར་གྱི་ངང་ཚུལ་དང་ལྡན་པ་དང་ཕྲག་དོག་གི་དབང་གིས་སྤྲས་པ་དང་གཞན་  
གདུལ་བའི་དོན་མ་ཡིན་པ་སྟེ་ཆོས་གསུམ་ཆང་ན་རྩ་ལྷུང་དུ་འཆད་དོ། །དོན་དམ་  
བསྟེན་པ་ལས། དག་པའི་སེམས་ཅན་སྟན་འབྱིན་པ་ཡིས་ཉི་མ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་  
པས་ཡུལ་དེའི་མདུན་དུ་སྟོན་བརྗོད་ནས་དེའི་སེམས་སྟན་སྤང་བ་དགོས་པར་མངོན་  
ནོ། །བཅུ་གསུམ་པ་ནི་ཆོག་པ་གྱི་འཁོར་ལོར་དམ་ཆིག་ཐོབ་པ་གཏོང་བ་ལས་འགྲེལ་  
ཆེན་ལས་གསུངས་པའི་དོན། དྲ་རི་ཀ་པས་ཆོག་པ་འཁོར་དང་དཔལ་བོའི་བཟང་བའི་  
དུས་ལྟ་བུའི་དམ་ཆིག་གི་དུས་ལ་བབ་པ་དང་གཞན་གྱི་ངོ་བསྟངས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་  
གཞན་འདུལ་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་དུས་ལ་བབ་པའི་བཟང་བུ་དང་བྱད་མེད་ལ་མེ་  
སྟན་བྱ་བ་དང་དུ་མི་ལེན་ན་རྩ་ལྷུང་དུ་འཆད་དོ། །མེ་སྟན་ནི་རིག་མ་དང་སྟོམས་པར་  
འབྲུག་པ་སྟེ་འདི་ནི་དེ་“ལྟར”བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཐོབ་པའི་རྣམས་འབྱོར་པའི་དབང་དུ་  
བྱས་པའོ། །མ་རུ་ནི་བཅུ་བཞི་བ་སྟེ་བྱད་མེད་ལ་སྟོན་པའོ། །ཐམས་ཅད་ལ་སྟོན་ཅས་

བ་ནི་སྟོང་ས་གཅིག་ཡིན་ནའང་སྟོང་ཚུལ་བྱད་མེད་ཀྱི་ཉེན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོང་ཚིག་  
ཏུ་འགྲོ་བས་སྦྱང་ན་ངེས་པར་ཏེ་གདོན་མི་ཟ་བར་ལྟར་བར་འགྱུར་ཏེ་གཞན་འདུལ་  
བའི་དོན་མ་གཏོགས་པར་དུ་རི་ཀ་པས་བཤད་པས་སྟོན་གདགས་འདོད་ཀྱིས་སྦྱས་  
བ་དང་དེས་གོ་བ་རྣམས་དགོས་སོ། །འབྲལ་ཆེན་ལས། ལྟར་བ་སྟོན་པོ་རྣམས་ནི་དུ་  
མ་སྟེ་དེ་རྣམས་ལ་ཆད་པ་ཡིན་ཏུ་ཚུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དེ་དག་ནི་  
སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལྟར་སྤར་བཤད་པའི་སྔགས་སྟེ་འགྲོ་དང་འདི་གཉིས་ལ་འབྲ་  
བ་ཡང་སྤར་མོད་ཀྱང་ཅ་ལྟར་དང་པོ་གཉིས་དང་ལྔ་བའི་སྟོན་སེམས་གཏོར་བ་དང་  
དུག་པའི་ཆོས་སྟོང་ལྟ་བུ་དོན་གཅིག་ཏུ་བཤད་དུ་མི་བྱང་བ་ཡང་སྤར་རོ། །“འོན་ཀྱང་  
འདི་ལ་སྤྲ་མེད་ཀྱི་སྟོན་ལྡན་གྱིས་རི་ལྟར་བྱ་སྦྱས་ན། དུས་འཁོར་དང་སྤྲ་མེད་གཞན་  
རྣམས་དབང་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་མི་འབྲ་བ་མང་པོ་  
སྤར་བས། དཔེར་ན་བདེ་”མཆོག་༡་བ་ལ་ལག་བ་གཡོན་པས་ཟས་སྦངས་ཏེ་ཟ་བའི་  
དམ་ཚིག་སྤར་བ་བཞིན་དུ་དུས་འཁོར་ནས་གསུངས་བ་ལྟར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་  
འབྲུག་བ་དང་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆོ་ག་ལྟར་ཞུགས་བ་རྣམས་དང་”ཆོ་ག་༡་གཞན་གྱི་  
སྟོན་དབང་བསྐྱར་བ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོའི་སྒྲེས་ཆོས་ཡིན་ནམ། །ཡང་ན་བྱང་ས་ནས་  
པམ་བ་བརྒྱད་ལས་མ་བཤད་བ་དང་ནམ་སྟོང་གི་མདོ་ནས་དེ་དག་དང་མི་འབྲ་བའི་  
པམ་བ་མང་དུ་བཤད་བ་ལ་རྒྱལ་སྤྲས་ཞི་བ་ལྟས་གཉིས་ཀ་བསྒྲེས་ནས་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་སྟོན་ལྡན་སྟེ་ཅ་ལྟར་དུ་གསུངས་བ་བཞིན་དུ་འདི་དག་གི་མི་འབྲ་བ་རྣམས་པན་

༡ འོན

༢ མཆོག

༣ ཆོག

ཚུན་མཆོན་བའི་དོན་དུ་བྱས་ནས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་“སྟོམ་”ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ཆ་ལྟར་དུ་བྱེད་པ་  
གང་འཐད་ཤེས་རབ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་པར་བྱ་སྟེ། ཁོ་ལོས་ནི་གང་རུང་ཞིག་གི་  
ཤེད་ཁྱེར་བྱས་ནས་ཅིག་ཤོས་འདོར་བ་དང་མི་འགྲིག་བཞིན་དུ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་  
གཅིག་ཏུ་འཆད་པ་མི་བྱེད་ཅིང་གདུལ་བྱ་སོ་སོ་ལ་ལྟོས་ཏེ་བཞག་པ་ལའང་གདུལ་  
བྱའི་ཁྱད་པར་ནི་འདི་འདྲའོ། །དེས་ན་དེ་ལ་བཅས་པ་འདི་འཛོག་ལ་འདི་མི་འཛོག་གི་  
སོ་སོར་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་པ་མ་རྟེན་དོ། །འོན་ཀྱང་སྒྲ་མ་ལ་མི་དབྱེས་པ་  
མ་བྱུང་ཡང་སྤར་སྤགས་སྟེ་འགྲོའི་སྐབས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ་བརྟུན་ལུགས་དེ་འདྲ་བྱས་ན་  
དུས་འཁོར་བས་ཀྱང་ཆ་ལྟར་དུ་འདོད་དགོས་པ་འདྲ་ཞིང་ཁྱད་པར་དུ་སྟོན་པའི་  
སེམས་བཏང་བ་དང་དམ་ཆོས་སྟོང་བ་ལ་ཡང་ཆ་ལྟར་དུ་བཞག་དགོས་པ་འདྲ་བར་  
སྤར་བས་སྐབས་བྱེད་ཡང་དག་མ་རྟེན་རིང་ལ་ལག་ལེན་དོག་ཚོགས་ནས་བྱས་ནས་དེ་  
གཉིས་གང་གི་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་ཆ་ལྟར་གིས་མ་གོས་སྟུང་པའི་གདེང་ཐོབ་པ་བྱས་ན་  
འཐད་དམ་སྟུང་མོ། །ཅུ་བའི་དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་དེ་གསོ་བའི་  
ཚུལ་དུས་འཁོར་ལས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་དབང་གི་ལེའུ་ལས། གལ་ཏེ་གཡོ་སྦྱུའི་  
དབང་གིས་ཅུ་བའི་ལྟར་བ་བྱུང་ན་དཔྱལ་བར་འགྲོ་སྟེ། འདི་དག་སྟུག་བསྐལ་  
ལོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་དེའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། ཅི་སྟེ་གཡོ་སྦྱུའི་དབང་གིས་ཞེས་པ་  
མི་དགོ་བ་བཅུ་ལ་ཞུགས་པའི་དབང་གིས་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་ཅུ་བའི་ལྟར་བ་བྱུང་  
ན་དེའི་དབང་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་མཐའ་དག་དཔྱལ་བར་སྟུག་བསྐལ་དུ་འགྱུར་ཏེ་  
ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་དབང་གིས་སོ་ཞེས་པ་ནི་ངེས་པའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་འགྲེལ་ཆེན་

ལས། ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་གང་ཞིག་དག་པའི་སྤང་དུ་སྤྱར་ཡང་དགྱིལ་འཁོར་འདིར་  
ནི་འཇུག་བྱ་སྟེ། ཞེས་པ་ནི་འདིར་གང་གི་ཆེ་དབང་བདུན་ལ་གནས་པ་ལས་བྱམ་པ་  
དང་གསང་བའི་དབང་ལ་གནས་པ་ལ་ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བྱུང་བར་གྱུར་ན་དེའི་ཆེ་དེ་དག་  
པའི་སྤང་དུ་དགྱིལ་འཁོར་འདི་གིས་ནས་སྤར་མི་བྱེད་པའི་དོན་དུ་སྤྱར་ཡང་དགྱིལ་  
འཁོར་དུ་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་བྱའོ། །དེ་ནས་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཐོབ་ནས་སྤར་ཡང་  
ཆོགས་ཀྱི་འདུས་པར་ཞེས་པ་རིགས་ཀྱི་དབྱས་སུ་སྤར་བྱ་བོའི་མིང་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ནི་རྒྱུང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་གཞན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་སྤར་མི་བྱེད་པའི་སྟོན་  
པའི་སྤང་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ངེས་པ་སྟེ་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གདོན་མི་བ་པར་  
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། བྱེད་པར་དུ་སྤྱར་གསོ་བ་ནི་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་  
བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པས་འདི་གལ་ཆེའོ། །འོ་ན་དབང་བསྐྱར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱུར་གསུངས་པ་དེ་རི་ལྟར་ཡིན་སྟེ་ལྟ་། འདི་ནི་དགེ་སྤོང་  
ལ་རབ་ཏུ་གཅེས་པའི་མདོ་ལས། ལ་ལའི་ཚུལ་ཁྲིམས་བདེ་བ་སྟེ། །ལ་ལའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་སྤྱག་བསྐུལ་ཡིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་  
སྤྱག་བསྐུལ་ལོ། །ཞེས་ཁས་སྤངས་པའི་སྟོན་པ་བསྐུངས་ན་བདེ་བ་དང་མ་བསྐུངས་  
ན་སྤྱག་བསྐུལ་བསྐྱེད་པ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་དང་། འདི་ནི་ཁྱིའི་དཔུལ་  
བའི་ཆུ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དཔུལ་ཆུ་དང་བདུད་ཅི་གཉིས་ཀར་གསུགས་པ་ལྟར་གོ་  
བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་དང་པོ་དབང་དང་དམ་ཆོག་དང་སྟོན་པ་རྣམས་ལེགས་པར་ཐོབ་  
པ་ཞིག་གལ་ཆེ་ལ། དེ་ནས་མི་ཉམས་པར་བསྐྱུང་བ་ལ་འབད་བ་དང་། འབད་ཀྱང་ཅ་  
བའི་དམ་ཆོག་ཉམས་ན་སྤྱར་གསོ་བ་ལ་བཙོན་པར་བྱས་ནས་དམ་ཆོག་དང་སྟོན་པ་

དང་ལྷན་པར་བྱས་ཏེ། སྲགས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་བྱེད་པ་ནི་དོ་རྩེ་  
ཐེག་པའི་གནད་ཀྱི་དོན་དུ་གཟུང་བར་བྱའོ། །ལམ་སྒོམ་པ་ལ་གཉིས་ལས་རིམ་རྒྱ་  
སྒོམ་པ་ནི་འདིར་རེ་ཞིག་མི་སྟོན་ལ་ལམ་རིམ་ཅམ་ཞིག་བསྒོམ་པར་བྱ་སྟུམ་ན། འདི་ལ་  
ནི་འབྲུལ་ས་ཆེ་བས་སྟོབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་གྲགས་པས་རིམ་རྒྱ་གཏན་ལ་བས་པ་  
དེ་ཉིད་བཤད་པ་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་མི་ལུ་མི་ཏ་དང་།  
རིག་སྲགས་འཆང་གི་སྟོབ་དཔོན་གཞོན་ཅུའི་སྟེ་དང་། རྒྱལ་བའི་ཞབས་དང་། རིན་  
ཆེན་ལྷན་དང་། བྲས་ཟེ་བཟང་པོའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ནི་ལོག་པར་རྟོག་པ་དགག་པ་ལས་སྒྲང་བའི་བྱ་  
བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱབས་པས་སོ། །ལམ་  
བསྐྱེད་པའི་རིམ་པས་ཐ་མལ་བའི་དངོས་པོ་སྒྲངས་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱུས་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ནི་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུར་བས་  
ལྟའི་རྣམ་པ་དང་སྟོད་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལྟོག་པས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཁ་ཅིག་གིས་སྟོང་བ་ཉིད་བསྟན་པ་ནི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ཅམ་གྱི་  
ཕྱིར་སྒྲང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱིས་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་སོ། །བསྐྱེད་རིམ་གྱིས་ཐ་མལ་པའི་དངོས་པོ་སྒྲངས་ནས་  
གཟུགས་སྐྱུས་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བས་ལྟ་སྒོམ་པ་  
དང་སྟོད་ཕྱོགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་འདོད་པ་  
དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས་གཞན་ཡང་བྲམ་ཟེ་སྟོང་ཉིད་སྟོང་དང་། ཁ་ཆེའི་མཁན་པོ་རབ་  
སྒྲང་བྱེད་དང་། ཞུན་ལྟ་བུ་དང་། དགེ་བསྟེན་སི་ཏི་ཀ་ར་དང་། མཁས་པ་ཆེན་པོ་

དཔལ་གྱི་སེང་གེ་དང་། སྤང་མཇད་དོན་དང་། དགེ་སྦྱོང་ཐེག་ཆེན་དཔལ་དང་།  
ལེགས་སྦྱིན་བཟང་པོ་དང་། དཔལ་ཤམ་ཐབས་སྟོན་པོ་ཅན་དང་། རྒྱལ་བའི་ཞབས་  
དང་། རིན་ཆེན་ལྷན་དང་། བྲམ་ཟེ་བཟང་པོའི་བཤེས་གཉེན་དང་། དགེ་སྦྱོབ་མ་དགལ་  
མོ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་པའི་རིམ་བ་དང་སྟོད་པའི་ཚུལ་གསུངས་པ་ནི་ཆད་པར་སྤྱི་བ་  
དགག་པ་དང་། ཉེན་འབྲེལ་གྱིས་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་འབྲས་བུ་བསྐྱབ་པ་དང་། ཟབ་མོའི་  
དོན་གྱིས་འཇིགས་པའི་འཇིག་ཉེན་པ་རྣམས་རེ་ཞིག་གཟུང་བའི་ཐབས་སུ་གསུངས་  
པ་ལས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་སྟེ། དེ་ནི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྦྱེས་པ་མ་ཡིན་པས་འདིར་སྟོང་  
བ་ཉིད་མཆོན་མ་མཐོང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་ཅིང་སྟོས་པ་རྣམ་པར་ཆད་པ་ནི་རྣམ་  
འབྱོར་པས་བསམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇིག་ཉེན་ན་འབྲས་བུ་མཆོག་དང་ལྷན་ནོ། །ཞེས་  
ཟེར་བ་ནི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཁ་ཅིག་བསྐྱེད་རིམ་དང་སྟོད་པ་རྣམས་གསུངས་པ་  
ནི་ཆད་ལྟ་དགག་པ་དང་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་འཇིགས་པ་རྣམས་རེ་ཞིག་གཟུང་བའི་  
ཐབས་སུ་གསུངས་པས། སངས་རྒྱས་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་མི་  
རྟོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་སྟོས་པའི་རྟོག་པ་ལས་མི་སྦྱེད། །དེས་ན་སྟོས་  
པ་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་ཉིད་ཙམ་ཞིག་བསྟོམས་པས་སངས་རྒྱལ་ཞེས་འདོད་དེ་དེ་  
གཉིས་ནི་ཕྱོགས་རེ་རེ་བས་སངས་རྒྱ་བར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞག་ནས་ལམ་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གསུངས་པ་ནི་ལུང་སྤྱི་མའི་འཕྲོ་ཉིད་ནས། རེ་ཞིག་ཕྱོགས་ཙམ་  
མཐོང་པས་ཞུགས་པ་སྟེ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ངེས་པར་  
ཉིད་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱོགས་སུ་རྣམ་པར་ལྟ་བ་དང་བྲལ་བས་གནས་པར་བྱ་སྟེ།

ལྟ་བའི་ཚུལ་སྟོན་པ་དང་བུལ་བ་ཉོགས་པ་དང་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་རྫོགས་པའི་  
རིམ་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་རིམས་ཀྱིས་འཇུག་པ་དང་། དམ་ཆོག་རྣམས་ཉེ་བར་  
བསྐྱེན་པ་དང་རིམས་ཀྱིས་འཇུག་པས་སྟོད་པའི་ཚུལ་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་ཐེག་པ་  
མཆོག་ལ་ངེས་པར་སྐྱེས་པ་སྟེ། རྡོ་རྗེ་འཛིན་པའི་ལམ་ཀྱིས་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་ཉོགས་  
ནས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བས་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་དང་སྦྱར་ཏེ་ཚུལ་  
གཉིས་དང་ལྡན་པ་འདི་ཉེ་བར་གཟུང་བར་བྱའོ། །ཞེས་ལམ་སྟོགས་རེ་བར་མ་སོང་  
བར་ལྟ་སྟོད་གཉིས་ཀ་ལ་གནས་དགོས་པ་དང་དམ་ཆོག་རྣམས་བསྐྱེན་ནས་བསྐྱེད་  
རྫོགས་གཉིས་ལ་རིམ་ཅན་དུ་འཇུག་པར་གསུངས་ཏེ། འདི་ནི་གསུང་རབ་སྤྱི་དང་  
བྱད་པར་དུ་རྒྱད་པའི་དོན་ལུང་དང་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབབས་པ་ལ་མཁས་པའི་  
ཐར་འདོད་ཆོ་གོས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ལམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་པས།  
སྐལ་བ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཤིང་རྩེ་སྟོལ་ཆེན་པོ་འདིར་ཞུགས་  
ནས་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་སར་འགོ་བར་བྱའོ། །རྒྱལ་བའི་གསུང་གི་མཆོག་གྱུར་རྡོ་རྗེའི་  
ཐེག་ །ཆོ་ཆེན་ལྡན་ལ་མད་བྱང་དགའ་སྐྱེད་པ། །དེར་ཞུགས་རྣམས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་  
འབྱུང་པའི་གཞི། །དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་ཀྱི་པ་ནི། །ཐོག་མར་ལེན་དང་  
བར་དུ་སྦྱང་བ་དང་། ཐ་མར་ཉམས་ན་སྦྱར་ཡང་གསོ་བའི་ཚུལ། །གསུང་རབ་སྤྱི་དང་  
བྱད་པར་སྤྲགས་ཀྱི་གཞུང་། །རབ་འབྱམས་ལྟས་ནས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བཤད། །རྡོ་  
རྗེ་འཆང་གི་བཅས་པ་དོར་བྱས་ནས། །རང་ཉིད་རི་ལྟར་འདོད་བཞིན་འཇུག་པ་  
ཡི། །བག་ཡངས་སྟོད་པས་གོལ་བར་གང་སྟེ། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྤྲགས་ལ་མི་



འབབ་མོད། །སྤྲུལ་བཅས་རྒྱལ་བའི་སྤྱན་རླབས་ལྷན་ནས། །ནཱ་དག་དམ་  
བཅའི་ཁུར་ཆེན་མི་འདོར་བར། །ཚུལ་བཞིན་སྟོབ་པའི་དམ་པའི་རྗེས་འཇུག་  
པའི། །སྤྲུལ་བཅས་སྒྲགས་པའི་དགའ་སྟོན་ཆེད་དུ་བྱས། །དོན་འཛིན་པའི་བཅས་པ་  
ཤིན་ཏུ་ཟབ། །བདག་ནི་ཤེས་རབ་བཙུན་འགྲུས་སྤངས་བ་དམམ། །དེ་སྤྲད་འདི་ལ་  
འོངས་པ་གང་མཆིས་པ། །སྤྲོད་ནས་དམ་པ་ནཱ་བ་ཀྱི་སྤྱན་རླབས་འཆགས། །གང་ལ་  
སྤྲུབས་སུ་བཟུང་བས་བདག་འདྲས་ཀྱང་། །ཟབ་མོད་གཞུང་ལ་ཅུང་ཟད་དཔྱོད་ཅུས་  
པ། །རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་སྒྲ་མ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་བསྐྱོར་སྤར་ཡང་མགོས་  
ལྷག་འཆའ། །འདིར་ནི་འབད་ལས་མཁའ་ལྟར་རྒྱ་ཆེ་བའི། །བསོད་ནམས་གང་ཞིག་  
བདག་གིས་བསགས་པ་དེས། །ལུས་ཅན་ནཱ་བ་ཀྱི་པན་བདེའི་གཏེར་གཅིག་  
ལ། །ཐུབ་བསྟན་མ་ལུས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །བསྟན་པ་ཉག་ཅིག་འཁོ་བའི་པན་  
བདེའི་གཞིར། །གསུངས་པའི་དོན་ལ་སྤྲོད་ནས་ཡིད་ཆེས་ཏེ། །ལུས་སྟོག་ཡལ་བར་  
དོར་ནས་དམ་པའི་ཆོས། །ཚུལ་བཞིན་བཟུང་ནས་རྒྱལ་བ་མཉེས་བྱེད་ཤོག །ཚུལ་  
འདི་བསྐྱབ་ཕྱིར་བསམ་དང་སྟོར་བ་ཡིས། །ཐོགས་བཅུད་དེ་དག་ནཱ་བ་ཀྱང་དུས་  
ཀྱན་ཏུ། །རྒྱལ་བའི་དམ་ཆོས་མཐའ་དག་འཛིན་པ་ལ། །ཐོག་པ་མེད་པའི་བཙུན་  
འགྲུས་ཅོམ་པར་ཤོག །ཅེས་བྱང་ཆུང་སེམས་དཔའ་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོན་པ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྲད་པ་སྟོད་པ་ནཱ་བ་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་དག་  
པར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནཱ་བར་བཞད་པ་དངོས་བྱུང་གི་སྟེ་མ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། དོན་ཐེག་  
པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྤྲོད་ནས་སྟོབ་པར་འདོད་པ་མང་པོ་དང་། འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་  
ཆོས་ཀྱི་རྗེ་འབྲི་ཁུང་བཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གདུང་རྒྱུད་དུ་འཁྲུངས་ནས་འཕྱོ་

བ་དུ་མའི་འཕྲུག་པར་གྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཆེན་པོ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ་བ་དང་། རིག་པ་འཛིན་པའི་སྡེ་སྡོད་ལ་སྦྱངས་པའི་དོན་རྩིས་ཆེན་པོ་ཆོས་སྒོ་བ་བཟ་ཤིས་རིན་ཆེན་པ་དང་། མདོ་སྡུག་གི་བསྟན་པ་མ་ལུས་པའི་གནད་རིམ་བཞིན་དུ་མཐུན་ནས་གཅིག་དུ་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཁྱད་ཆེན་པོ་འབྲེལ་ཞིང་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཆེས་ཆེར་གཅེས་སྤྲས་སུ་མཛད་པའི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་སྐད་གཉིས་སྤྲ་བ་སྦྱབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་པོའི་གསུང་གིས་ཉེ་བར་བསྐྱལ་བའི་དོན་དུ། ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སློང་དོན་རྩིས་པ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་སྡུག་གི་གཞུང་རབ་འབྲམས་ལས་བརྟུས་ནས་བྱང་དུ་སྐྱེང་རྒྱལ་བའི་དབེན་གནས་ཀྱི་ཡང་དགོན་གྲག་སེང་གའི་ཞོལ་གྱི་རི་ཁྲོད་དུ་སྦྱར་བའི་ཡི་གེ་བ་ནི། ནང་རིག་པའི་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་གཏན་ཆོགས་རིག་པའི་ཚུལ་ལ་སློབས་པ་དགེ་བ་ཅན་སྤྲོམ་བཙོན་དར་མ་རིན་ཆེན་པོ། །འདི་ལ་བཞེན་ནས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཅིག། །

སྡེ་སྡོད་རྩོགས་རིམ་ཁོར་ཡུག་གཉིང་ཟབ་ཅིང་། །བསྐྱེད་རིམ་རྒྱ་སྐར་གཟུགས་བརྟན་བཟ། །འཕྲིན་ལས་དུས་རྒྱུས་ཅི་ཡང་གཡོ། །རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཆོར་འཇུག་པ་ཡི། །དོན་མཐུན་འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་ཆེ། །དངོས་བྱབ་བསམ་འཕེལ་སྡོལ་མཛད་པ། །ལམ་གསུམ་དཀར་བས་བརྟེས་པའི་ཐབས། །འཕགས་ཡུལ་དཔའ་བོས་གསལ་བར་མཛད། །གང་དེའི་བཞེད་གཞུང་བསྐྱོའི་ཆལ། །སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་ཆ་ཟེར་གྱིས། །སྐར་ཡང་བྱེ་བས་སྤྱང་ཅིའི་བཅུད། །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་གེ་སར་གཡོ། །ཟེ་འབྱུང་ཟེང་ལྷན་གསལ་བ་འདི། །གཞོན་ཏུ་སྒོ་ལྷན་སེང་གེ་ཡིས། །ཡི་གེའི་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་བསྐྱབ། །གང་དེས་འཕྲུག་མཆོག་ཆོས་ཀྱི་རྩེའི། །མཐུན་

དགོངས་དཀར་བ་ལོ་མའི་མཆོ། །སྲིད་ཅེའི་བར་དུ་ལུད་ནས་གྲང་། །སྲིད་གསུམ་  
ཁོངས་འདིར་འབྲེལ་གྱུར་ཅིག། །

༥ སྡ་སྡི། སྡྱ་བཞིའི་རོ་བོ་རྩོ་རྩོ་འཆང་དུ། །བཟོད་པའི་ལམ་ཐབ་རྩོ་རྩོ་ཐེག་  
པའི། །སྡོར་ལྷགས་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས། །དམ་ཆོག་སྡོམ་བ་རྣམ་པར་  
དག་ལ། །རག་ལས་སྒྲང་དོར་གསལ་གྱེད་རྣམ་བཤད། །ཆོས་སྦྱིན་འཛད་མེད་ལྷ་ལམ་  
མཛོད་འགན། །བཀ་ཤིས་སྡོ་འཕར་ཐུན་གྲུབ་ཆེན་པོར། །བར་དུ་བསྐྱབས་པའི་རྣམ་  
དཀར་དགེ་འདིས། །མ་ཐུན་ཆེན་སྦྱབ་པའི་གྲོགས་དང་འགྲོ་ཀླུ། །མ་རིག་སྦྱིབ་གཉིས་  
གཡུལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ། །རིམ་གཉིས་ཐེམ་སྐྱས་ཐབ་མོར་སོན་ནས། །ཐུང་འཇུག་གོ་  
འཕར་ཐོབ་པའི་རྒྱར་བསྡོ། །སར་མདྲ་ལོ། །

༡༣། །ཐཱ་ཨ་ལྷ་བརྩ་བའི་ནམ་བཤད་སྟོབ་མའི་རེ་བ་ཀུན་སྟོང་  
 ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ། །

༡༣། །ན་མོ་གུ་རུ་མཆུ་ལྟོ་ཏུ་ཡ། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡབ་ཏུ་གྱུར་ཡང་རྒྱལ་སྐུ་ས་  
 བཞོན་བྱའི་སྒྱ། །འཇམ་པའི་གསུང་གིས་འགྲོ་དབྱགས་འབྱིན་ཡང་བདུད་སྤེ་སྒྲག་པར་  
 མཛད། །ཀུན་གྱི་སྐྱ་ན་རྟག་ཏུ་བརྒྱགས་ཡང་འགྲོ་བའི་བྲན་མཛད་པའི། །འཇམ་  
 དབྱངས་དེ་ཡི་ཆད་བྱུང་མཛད་པས་རྟག་ཏུ་སྟོང་གྱུར་ཅིག །

གང་ཞིག་རྒྱལ་བ་ཞིན་བསྟེན་ན་ལེགས་ཆོགས་ཀུན། །བདེ་སྒྲག་ཉིད་ཏུ་སྟེར་  
 བའི་སྟོ་གཅིག་སྤ། །བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་བསྟེན་རྒྱལ་ལྷ་བརྩ་བ། །རི་ལྷར་བུས་  
 བཞིན་བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ། །

རི་སྐད་ཏུ་རྒྱད་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྒྱུ་འབྲུལ་བ་བའི་རིམ་བར་བྱེ་བ་དང་པོ་ལས། རེ་  
 ཤིག་དང་པོར་དངོས་གྲུབ་ནི། །སྟོབ་དཔོན་རྗེས་སུ་འབྲང་ཡིན་པས། །སྟོབ་དཔོན་  
 མེད་པར་གྱུར་ན་ནི། །དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་བས། །སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་  
 བཤད་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་མཆོག་དང་སྐུ་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཅ་བ་ནི་  
 བཤེས་གཉེན་དམ་པ་རྒྱལ་བ་ཞིན་ཏུ་བསྟེན་པ་ཉིད་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་མ་  
 བསྟེན་པའི་རྒྱལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལྷ་བརྩས་སྟོན་པའི་སྐྱ་མ་ལྷ་བརྩ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་བཤད་པར་བྱའོ། །འདི་བཤད་པ་ལ་གསུམ། བཤད་པ་ལ་འབྲུག་པའི་བྱ་བ།  
 བཤད་པ་ཉིད་ཉི་མར་དགོད་པ། བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།

མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བཏོ། །དང་པོ་ནི། དཔལ་ལྷན་དོ་རྩེ་  
སེམས་དཔའི་གནས་ཐོབ་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི། །སྒྲ་མའི་ཞབས་ཀྱི་པར་རྒྱུར་རྩེ་བཞིན་བཏུང་  
བྱས་ཏེ། ཞེས་བྱ་བས་སྟོན་ཏེ། བཏུད་པར་བྱས་ཞེས་བྲང་ངོ་། །གང་ལ་བཏུད་པ་ནི།  
སྒྲ་མའི་ཞབས་ཉིད་པར་རྒྱུར་བཀོད་པ་དེ་ལ་སྟེ་སྒྲའི་ཆའི་དམའ་ལོས་བརྒྱུད་བས་ཤིན་ཏུ་  
གྲུས་པར་སྟོན་པའོ། །ཚུལ་རིམ་ལྟར་བཏུད་པ་ནི་རྩེ་བཞིན་ཞེས་པ་སྟེ་སྒྲ་མ་ལ་སྒྲོ་  
གསུམ་གྲུས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྩེ་ལྟར་འདུད་པའི་ཚུལ་གསུང་རབ་ནས་འབྱུང་བ་རིམ་ལྟར་  
བཞིན་དུ་བཏུད་པའོ། །སྒྲ་མ་རྩེ་འབྲ་བ་ཞེ་ན། དཔལ་ལྷན་ཞེས་སོགས་ཏེ། གྲེ་རྩེ་རྩེ་  
བརྟག་པ་དང་པོའི་ལེའུ་བཏུན་པ་ལས། ལྷོ་ནི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཔལ་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་ལྷན་པའི་དོ་རྩེ་  
སེམས་དཔའི་གནས་སམ་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་རྒྱའི་ཅ་བར་རྒྱུར་པའོ། །དོ་རྩེ་སེམས་  
དཔའ་ནི་དོ་རྩེ་ཅེ་མོའི་སེམས་དཔའ་བཙུ་བྱ་གི་བཤད་པ་ལས། ཅི་ཕྱིར་དོ་རྩེ་  
སེམས་དཔའ་ཡིན། །བྲང་རྒྱལ་མཆོག་གི་ཡེ་ཤེས་གང་། །དེ་ནི་དོ་རྩེ་རེས་པར་  
བརྗོད། །ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་ལས་བྱུང་བ། །དེ་ནི་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་བརྗོད། ཅས་གསུངས་  
པ་ལྟར་བྲང་རྒྱལ་གསུམ་ཀྱི་མཆོག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་པར་ཞུགས་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་སྒྲའི་ཡེ་ཤེས་ནི་དོ་རྩེ་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་གཞུགས་ཀྱི་སྒྲའི་སེམས་དཔའ་  
སྟེ་དེ་འབྲ་བའི་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཏེ་ཞེས་པ་འདིར་ལྷག་མ་འབྲེན་པ་  
ཡིན་པས་བཏུད་ནས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་བསྟེན་པ་ནི་བྲི་མེད་རྒྱུད་མང་ལས་  
གསུངས་པ། །མདོར་བསྡུས་བཤད་པ་འདི་ནི་གྲུས་པས་མཉན་པར་གྱིས། ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། དེ་བསྟེན་པ་ནི་བཤད་ཅས་པས་སྒྲ་མ་དེ་བསྟེན་པའི་ཚུལ་འཆད་པར་

བྱེད་པས་དེ་འདྲ་བ་འདི་ནི་ཆོག་ཙམ་མིན་པར་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་གཉན་པར་གྱིས་  
ཞེས་ཉན་པ་པོ་རྣམས་ལ་བསྐྱལ་བའོ། །དེ་ལ་རང་བཟོ་སྤྲོང་བ་ནི། གལ་ཏེ་ཁྱ་མ་བསྟེན་  
ཚུལ་བྱེད་གྱི་སྒོ་ཙམ་གྱིས་བཀོད་པ་ཡིན་ན་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་མི་རུང་བས་  
བྱེད་གྱིས་འཆད་པ་འདི་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་སྟུམ་ན། འདི་ནི་དེ་མ་མེད་པའི་རྒྱད་མང་  
པོ་ལས་གསུངས་པ་འདིར་བཀོད་པ་ཡིན་པས་ཡིད་ཆེས་པར་བྱའོ། །རྒྱད་གང་ལས་  
གསུངས་པ་ནི་འོག་ཏུ་སྟོན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་འདྲ་རྒྱད་དེ་དག་ལས་ཤེས་པར་  
བྱས་པས་ཚོག་པས་བྱེད་གྱིས་ཚོམ་པ་དོན་མེད་དོ་སྟུམ་ན། དེ་དག་ན་ཡོད་མེད་ཀྱང་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་གོང་འོག་འབྲུགས་པ་དང་སྣ་ཚོགས་སུ་འཐོར་ཡོད་པས་འདིར་  
མདོར་བསྡུས་ནས་འབྲུགས་པ་སྟེ་བཤད་པས་ན་དོན་མེད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །འདིས་ནི་ལྷ་བཅུ་པ་དང་རྒྱད་རྣམས་སྒོམ་པར་བསམས་ནས་འདི་ཚོམ་མི་དགོས་  
པར་དོགས་པ་སྤོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉིད་ཉེ་བར་དགོད་པ་ལ་གསུམ།  
ཁྱ་མ་བསྟེན་པའི་ཚུལ། བསྟེན་ཚུལ་བཤད་པའི་དུས། བཤད་ནས་སྟོད་རུང་རུ་དེ་ལྟར་  
བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། བསྟེན་ཚུལ་སྦྱར་བསྟན་པ། དེའི་དམིགས་བསམ་ལ།  
བསྟེན་ཚུལ་གྱི་དོན་བསྡུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་ཀྱི་དོན་དང་། ཞར་བྱང་གི་  
དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཁྱ་མ་བསྟེན་ཚུལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཁྱ་མ་ལ་གྲུས་པར་བྱ་བའི་འཐད་པ། གྲུས་པ་སྦྱབ་པའི་ཚུལ།  
གྲུས་པའི་ཡུལ་དང་ཉེན་བརྟག་པའོ། །དང་པོ་ནི། དབང་བ་སྦྱར་མཆོག་ཐོབ་དོན་རྩེ་  
ཡི། །སྟོབ་དཔོན་ལ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས། །སྟོགས་བཅུའི་འདིག་ཉེན་ཁམས་  
བཞུགས་པས། །དུས་གསུམ་དུ་ནི་མདོན་བྲག་འཆལ། ཞེས་པ་སྟེ་དབང་བ་སྦྱར་བ་ལ་

སློན་བྱེད་རྒྱའི་དབང་དང་། གྲོལ་བྱེད་ལམ་གྱི་དབང་དང་། གྲོལ་བ་འབྲས་བུའི་དབང་  
གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་ནི་དང་པོ་གཟུང་སྟེ་སློན་བྱེད་ཀྱི་དབང་ཐོབ་པའི་སློབ་དཔོན་  
ལ་སློབ་མས་བསྟེན་བཀུར་བྱ་བའི་སྐབས་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མཆོག་ནི་རྣམ་པར་  
དག་པ་སྟེ་རྒྱུད་སྟེ་ནས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྦྱར་བའི་དབང་རོ། །དེ་གང་ལ་ཐོབ་  
པའི་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་ནི་མན་ངག་སྟེ་མའི་སྟེ་མ་ལྟ་བུ་ལས། དོ་རྩེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ལ་དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྦྱོར་བ་  
སྟོན་པ་ནི་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་ཉི་ལྔ་མའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སློབ་དཔོན་དེ་ལ་  
ནི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་བཙུན་བཞུགས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་  
གཤེགས་ཤིང་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། དུས་སྤ་  
བོ་དང་པོ་དང་གྲུང་དང་སྤྱི་བོའི་ཐ་མའི་ཐུན་མཆོམས་གསུམ་དུ་བྱོན་ནས་ཕྱག་འཆོལ་  
བར་བྱེད་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་སློབ་ཞེས་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་  
པར་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་བསྟན་པའོ། །འདི་ནི་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ལེ་ལུ་  
བཙུ་བདུན་པ་ལས། དེགས་ཀྱི་བྱ་མདོར་བསྟན་ན། ཕྱོགས་བཙུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་ན་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཇི་སྟེ་འཁོད་ཅིང་འཆོ་སྦྱོང་བ་དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་དུ་ལྷགས་ནས་སློབ་དཔོན་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོད་པས་ཡང་དག་པར་མཆོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་དང་དེར་  
འཕྱོ་ཞིང་ངག་དོ་རྩེའི་ཡི་གེ་ཡང་འདི་སྐད་དུ་“འབྲིན”ཏོ། །བདག་ཅག་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་པའོ། །བདག་ཅག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

མཛོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནས། བདག་ཅག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་  
པའོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་བསྟུས་པ་སྟེ་སྤྱི་འབྲལ་བ་བའི་  
རིམ་པར་ཐུ་བ་བཅུ་པ་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་གསུངས་ཤིང་། ཁྲི་བ་གྲགས་པ། “ཅི་ཧ་ལུ་  
པ། །ལྷོ་ཉི་པ། རི་མེད་སྤྲས་པ་ལ་སོགས་པ་མཁས་གྲུབ་དུ་མས་ཀྱང་དེའི་འབྲེལ་པར་  
སྤྱི་སོར་བཞག་གི་བཤད་པ་མཛད་པ་དང་། ལུ་བཅུ་པ་ཙོམ་པ་བོའི་བཞེད་པ་གཉིས་  
མ་ཐུན་པར་སྤང་བས་འདིར་ནི་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ནམས་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བར་མཛད་ན་སྟོབ་མ་གཞན་  
ནམས་ཀྱིས་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཞེས་ཆེས་ཆེར་གྲུས་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་མཆན་དུ་སྦྱར་དགོས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་འབྲེལ་ཆེན་དུ་དབང་བསྐྱར་མཆོག་ཅེས་  
པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་ལ་བྲང་རེས་ཀྱི་བཤད་པ་གཉིས་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་དོན་གཞན་དུ་བཤད་པ་མཛད་པ་ནི་འདི་གཉིས་གཞུང་གཅིག་ཡིན་ཡང་སྐབས་  
མི་གཅིག་སྟེ་འདིར་ནི་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་ལས་དང་པོ་བའི་སྟོབ་མས་གང་ལ་དབང་  
བསྐྱར་བ་ཞུས་པའི་སྟོབ་དཔོན་ལ་ཆེས་གྲུས་པའི་རྒྱ་མཆན་དུ་སྦྱར་དགོས་པ་ལ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་བཤད་པ་གཞན་དུ་བྱས་ན་དེའི་རྒྱ་མཆན་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །སྦྱར་ནི་རྒྱ་དུ་ཀྱི་རྗེ་རྗེའི་ཆོག་རེ་རེ་ལ་ཡང་བཤད་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་སྤང་བས་  
འགལ་བ་ཡང་མེད་དོ། །མཆན་ཉིད་ཆང་བའི་སྒྲ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱིས་འདུད་  
པ་མི་རིགས་པར་བཞེད་པར་བཞེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་དོན་དམ་བསྟེན་པ་ལས། ཡོན་  
ཏན་ལྷན་པའི་སྤྲས་ནམས་ལ་ནི་འཁོར་བ་འཛོམས། །རང་ལུས་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་



གནས་ནི་ཀུན་ཏུ་སྟོན། །དེ་ནི་ཐཱ་མ་དཔལ་ཏེ་ཐཱ་མ་དཔལ་གཞན་མིན། །དཔལ་མེད་  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་ཏྲག་ཏུ་དེ་ལ་མཆོད། །སྟོགས་བཞུགས་སངས་རྒྱས་སེམས་  
དཔལ་ཏྲག་ཏུ་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །མདོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་  
ལས་ཀྱང་། ཀུན་དགའ་བོ་གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཤིང་རྟེན་དུ་ཞུགས་ཏེ་  
འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷན་ཅེ་དགའ་ཞིང་དགའ་མགུར་སྟོད་ལ་དེས་ཤིང་རྟེན་འབྲེལ་བ་  
གཞན་མེད་ན་ཀུན་དགའ་བོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེའི་ཤིང་རྟེན་ནི་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་དབྱེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་རོ། །ཞེས་རིན་པོ་ཆའི་ཕྱང་པོའི་མདོ་བྲངས་བ་དང་  
ཡང་རིགས་བ་མཚུངས་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་བ་གྲུས་བ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།  
བསྟེན་བཀྱར་བྱ་བའི་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟེན་བ་དང་། དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བའོ། །དང་པོ་  
ནི། མཆོག་ཏུ་དད་པས་དུས་གསུམ་དུ། །དཀྱིལ་འཁོར་མེ་ཏོག་བཅས་ཐལ་  
མོས། །སྟོན་བ་ཐཱ་མ་བསྟེན་བཀྱར་ཞིང་། །ཞབས་ལ་སྤྱི་བོས་ཕྱག་བྱའོ། །ཞེས་བ་སྟེ།  
སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་དུས་གསུམ་དུ་རང་ལ་རྩོམ་ཐེག་པའི་ལམ་སྟོན་པའི་ཐཱ་མའི་  
ཞབས་ལ་སྤྱི་བོས་གཏུགས་པའི་ཕྱག་བྱ་བའི་སྒྲོན་ནས་བསྟེན་བཀྱར་བྱའོ། །ཅི་ཕྱག་ཉི་  
ཆེའམ་སྟུམ་ན། དཀྱིལ་འཁོར་ཏེ་མཐུལ་མེ་ཏོག་གི་ཆོམ་བྱ་བཀོད་བ་དང་བཅས་བ་  
དབྱལ་བ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་ཐལ་མོ་སྤྱར་ཏེ་ཕྱག་བྱའོ། །འདིར་ཆག་འགྱུར་ལས།  
དཀྱིལ་འཁོར་མེ་ཏོག་ཐལ་སྤྱར་དང་། །ཞབས་ལ་སྤྱི་བོས་ཕྱག་འཆལ་བས། །སྟོན་བ་  
ཐཱ་མ་བསྟེན་བཀྱར་བྱ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལེགས་སོ། །དེ་ཡང་མཆོག་ཏུ་དད་བ་སྟེ་  
དང་བའི་དད་བ་ཆེན་པོས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བྱའོ། །གཉིས་བ་ནི། རང་ཉིད་རབ་ཏུ་  
བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཆེ་རྩོམ་དཔོན་བྱིས་བ་དང་རང་བསྟེན་བར་རྩོགས་བ་ཡིན་པའི་

ཆེ་སྒོ་བ་དཔོན་རབ་ཏུ་བྱུང་ཡང་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་བསྐྱབ་པ་གཞོན་པའི་གསར་  
བུ་ཡིན་ན་སྤར་བཤད་པའི་བསྟེན་བཀྱར་བྱལ་སྟུང་ན། བྱིས་པའམ་ནི་གསར་བུ་  
ལ། །འཛིག་རྟེན་སྒོ་ད་པ་སྤར་བའི་བྱིར། །དམ་ཆོས་ལ་སོགས་བདུན་བདར་ཏེ། །བརྟུ་  
ཞུགས་འཛིན་པས་སྒོས་བྱག་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། རང་ཉིད་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་སྒོ་བ་  
དཔོན་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་དག་ལ་སྦྱིར་བཏང་ལ་བྱག་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་སྐབས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆེ་དམ་ཆོས་སྟེགས་བམ་དང་སོགས་ཀྱི་སྦྱས་བསྐྱབ་པ་  
སྦྱ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདུན་དུ་བཞག་ནས་དངོས་སུ་དེ་དག་ལ་ལུས་ཀྱིས་བྱག་  
བྱ་ལ་སྒོས་སྒྲ་མ་ལ་བྱག་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་དངོས་སུ་ལུས་ཀྱིས་བྱག་བྱས་ན་འཛིག་རྟེན་  
ཀྱིས་བསྟན་པ་“སྒོ་ད”པའི་དགག་བྱ་ཡོད་པའི་ཆེ་དེ་སྤར་བའི་བྱིར་ཡིན་གྱི་དགག་བྱ་  
མེད་ན་དེ་ལྟར་མི་བྱའོ། །བརྟུ་ཞུགས་འཛིན་པ་ནི་འདིར་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་བརྟུ་  
ཞུགས་དགེ་ཚུལ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་འཛིན་པ་ལ་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བྱིས་པ་  
སོགས་ཀྱི་སྒོ་བ་དཔོན་ལ་ལུས་ཀྱིས་དངོས་སུ་བྱག་མི་བྱེད་པའི་ཆེ་སྒྲ་མའི་བསྟེན་  
བཀྱར་ཐམས་ཅད་མི་བྱལ་སྟུང་ན། གདན་བསྐྱབ་པ་དང་ལྡང་བ་དང་། །དོན་གྱི་བྱ་བ་  
སོགས་བསྟེན་བཀྱར། །བརྟུ་ཞུགས་ཅན་གྱིས་ཀུན་བྱ་སྟེ། །བྱག་དང་དམ་པ་མིན་  
ལས་སྤར། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཡན་ལག་ལུས་བྱག་འཆོལ་བ་དང་དམ་པ་མིན་པའི་  
ལས་རྒྱུད་པ་བཀྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤར་བ་སྟེ་དེ་དག་མ་གཏོགས་པའི་བསྟེན་བཀྱར་  
ཀུན་བརྟུ་ཞུགས་ཅན་གྱི་སྒོ་བ་མས་བྱའོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། སྒྲ་མ་དེ་དག་ལ་རང་  
གི་གདན་བསྐྱབ་པ་དང་སྒོ་དུ་ལྡང་བ་དང་སྒྲ་མའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་དགོས་པ་སྦྱབ་པའི་

གྲོགས་དང་ཞོར་འབྲལ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །འདིར་བདེ་མཆོག་སྟོང་འགྲེལ་དུ་  
བྲིས་པ་དང་དགེ་ཚུལ་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ཡང་གདན་བསྟེན་པ་ལ་སོགས་པས་བསྟེན་  
བཀྲར་བྱེད་ཀྱི་ཕྱག་འཆའ་བ་དང་རྒྱུ་བ་སོགས་ཀྱིས་བསྟེན་བཀྲར་མི་བྱེད་  
དོ། །ཕྱག་མི་འཆའ་བ་ནི་ཆོས་བཤད་པའི་སྐབས་ལས་གཞན་དུ་ཡིན་པས་ཆོས་  
འཆད་པའི་ཆེ་ནི་པོ་ཉི་ལ་སོགས་པ་མདུན་དུ་བཞག་སྟེ་ཕྱག་བྱ་བར་བཙོམ་ལྟན་  
འདས་ཀྱིས་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པར་བཤད་དོ། །དྲི་མེད་འོད་དུ་ཡང་གཞུང་དེ་གཉིས་  
ཀྱི་བཤད་པ་དེ་ལྟར་དུ་མཛད་ལ་བདེ་མཆོག་སྟོང་འགྲེལ་ལས་དགེ་སྟོང་དོ་རྩེ་འཛིན་  
པའི་ཐཱ་མ་ལ་ནི་བསྟེན་བ་གཞིན་ཡང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་བསྟེན་བཀྲར་ཐམས་ཅད་  
བྱ་བར་བཤད་དོ། །འདི་ལ་ཉན་ཐོས་སྟེ་བས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྟེ་སྟོང་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་  
བས་བྲིས་ན་གནས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཕྱག་བྱེད་པར་བཤད་པ་དང་། ཕྱག་བྱ་བའི་  
གནས་ནི་སྟོན་པ་དང་རང་ལས་བསྟེན་པ་རྒྱན་པ་གཉིས་སུ་ངེས་པར་འདུལ་བ་ལས་  
བཤད་པ་གཉིས་འགའ་བས་ཐེག་ཆེན་བཀའ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཅོད་པའི་ལན་དུ་རབ་  
བྱུང་གིས་བྲིས་པའི་བྱང་སེམས་ལ་ཕྱག་བྱེད་པའི་ཁྱད་ཀྱི་མདོ་མང་དུ་བྱངས་ནས་  
བཀལ་ལན་གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་རྟོག་གི་འབར་བར་བཤད་པས་སྦྱིར་དགེ་སྟོང་  
གིས་སྟོབ་དཔོན་བྲིས་པ་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཕྱག་བྱ་མི་དགོས་པ་མ་ཡིན་མོད།  
འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་ལ་བསྟེན་པའི་རྩ་བ་འདུལ་བའི་བསྟེན་བྲིས་ལ་གཞོད་  
པའི་དགག་བྱ་ཤས་ཆེ་བས་དེའི་མཐའ་འགོགས་སུ་ཕྱག་མི་བྱ་བར་གསུངས་པ་ཡིན་  
ཀྱི་ཡུལ་འགའ་ཞིག་ན་དགག་བྱ་དེ་གཏན་ལོག་འདུག་ན་ཡུལ་དེ་འབྲ་རྣམས་སུ་ཕྱག་  
བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྟོང་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་བྲིས་པ་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་

སྒྲ་མར་མི་བྱ་བར་བྱི་མེད་འོད་ལས་གསུངས་པ་ཡང་འདུལ་བ་ལ་ཆེས་ཆེར་གྲུས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་ཉེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་བྱ་བར་དགོངས་  
པའོ། །ཚུལ་འདི་ལ་དོན་རྒྱུ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་བྲིས་པ་དང་གསར་བུ་ནི་དོ་  
རྒྱུ་སྟོབ་དཔོན་མིན་པའི་གོང་རོལ་རྟོག་པའི་དུས་སུ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་ན་དོ་རྒྱུ་སྟོབ་  
དཔོན་ལ་སངས་རྒྱུ་ས་རྣམས་ཀྱང་ཕྱག་འཆོལ་བར་གོང་དུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་  
ཞེས་གསུང་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་དགག་བྱ་ཆེ་བའི་ཆེ་གོང་མ་ལ་  
དམིགས་བསལ་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་དོན་རྒྱུ་སྟོབ་དཔོན་ལ་མི་སྦྱོར་ན་  
སྐབས་འཆོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་གྲུས་པའི་ཡུལ་དང་རྟེན་བརྟག་པ་  
ལ་གཉིས་པན་ཚུན་བརྟག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་། བརྟགས་ནས་སྤང་སྤང་བྱ་བའི་  
ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། འོ་ན་དེ་ལྟར་གྲུས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་སྤྲོ་མ་དང་གྲུས་པར་བྱེད་  
པའི་སྟོབ་མ་གཉིས་ཀྱི་དཔོན་སྟོབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་མ་བརྟགས་པར་རམ་བརྟགས་ནས་  
བྱ་སྟེན་ན། སྒྲ་མ་དང་ནི་སྟོབ་མ་དག །མཚུངས་པར་དམ་ཆོག་ཉམས་འགྱུར་  
བས། །དཔའ་བོས་དང་བོར་སྟོབ་དཔོན་དང་། །སྟོབ་མའི་འབྲེལ་བ་བརྟག་པར་བྱ།  
ཞེས་གསུངས་ཏེ། དཔའ་བོ་ནི་འདིར་དོན་རྒྱུ་སྟོབ་མའི་བཀའ་བྱིན་ཞོད་ས་དང་ཞོད་པ་པོ་  
གཉིས་ཀ་ལ་བྱ་སྟེན་དོན་རྒྱུ་སྟོབ་མའི་བཀའ་བྱིན་མ་མཐོས་པའི་དང་བོར་ཞོད་སས་ཀྱང་  
ཞོད་པ་པོ་སྟོད་དུ་རུང་མི་རུང་བརྟག་ལ། ཞོད་པ་པོས་ཀྱང་ཞོད་ས་དེ་མཆན་ཉིད་དང་  
ལྷན་མི་ལྷན་བརྟགས་པའི་སྟོན་པ་པན་ཚུན་དུ་འབྲེལ་བ་བྱ་བར་འོས་མི་འོས་བརྟག་  
པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་མ་བརྟགས་པར་གང་རུང་རུང་དང་འབྲེལ་བ་བྱས་ན། སྟོད་མིན་  
ལ་གསང་བ་བསྟན་པས་སྤྲོ་མ་དམ་ཆོག་ཉམས་པར་འགྱུར་ལ་སྟོབ་མས་ཀྱང་དམ་

ཆོག་སྒྲུངས་པ་རྣམས་བསྐྱེད་བར་མི་ལུས་པས་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

དེས་ན་གཉིས་ཀ་མཚུངས་པར་དམ་ཆོག་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་བརྟག་  
དགོས་ལ་བརྟགས་པའི་ཆེ་སྒྲོད་དང་མི་ལྡན་པར་མཐོང་ན་གསང་བའི་ཆོས་མི་བཤད་  
དེ། བཤད་རྒྱུད་དོན་རྗེ་མེད་བ་ལས། རི་ལྟར་མེད་གེའི་འོ་མ་ནི། །ས་ཡི་སྒྲོད་དུ་གཞག་  
མི་བྱ། །དེ་བཞིན་རྣམ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྒྱུད། །སྒྲོད་མིན་རྣམས་ལ་སྦྱིན་མི་བྱ། །ཞེས་  
སོ། །མ་བརྟགས་པར་གང་རུང་རུང་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བར་  
གཟིགས་ནས་རྒྱུད་དེ་ལས་ལོན་པུ་གཉིས་བར་དུ་བརྟག། །ཅེས་སྤྱད་པོར་སྒྲོད་ས་  
ཤེས་ན་ཡུན་རིང་པོར་བརྟག་པར་གསུངས་སོ། །གཉིས་བ་ལ་གཉིས། སྤང་བྱའི་  
མཚན་ཉིད་དང་། བསྐྱེད་བྱའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་སྒྲ་མར་འོས་མི་འོས་  
བརྟག་དགོས་ན་མི་འོས་བ་དེ་རི་འབྲ་བ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་སྒྲ་ན། སྒྲོ་ལྡན་སྒྲོབ་མས་སྒྲ་མར་  
ནི། །སྤྱང་རྗེ་མེད་ཅིང་ཁྲོ་ལ་གདུག། །ཁེངས་ཤིང་ཆགས་ལ་མ་བསྐྱམས་དང་། །སྒྲོ་མས་  
དང་བཅས་བ་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྒྲོ་ལྡན་ཏེ་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་སྒྲོབ་མས་སྒྲ་  
མར་མི་བྱའོ། །གང་ལ་སྒྲ་མར་མི་བྱ་ཞེ་ན། སྤྱང་རྗེ་མེད་བ་ནས་སྒྲོ་མས་པའི་བར་གྱི་  
སྒྲོན་དང་བཅས་བ་དེའོ། །དེ་ལ་སྤྱང་རྗེ་མེད་བ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་  
བཅས་ལས་བསྐྱེད་བར་འདོད་བ་མེད་བ་ཡིན་པས་ཐེག་པ་མཆོག་གི་བཤེས་གཉེན་  
དུ་མི་འོས་སོ། །ཁྲོ་བ་ནི་ཞེ་སྤང་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བའོ། །གདུག་བ་ནི་ལུས་དག་གིས་  
གཞན་ལ་གཞོད་བ་བྱེད་བ་ལ་དགའ་བའམ་ཁོན་འཛིན་དམ་པའོ། །ཁེངས་བ་ནི་ང་  
རྒྱལ་ཤས་ཆེ་བའོ། །ཆགས་བ་ནི་ཡོ་བྱད་ལ་ཀུན་འཛིན་དམ་པའོ། །མ་བསྐྱམས་བ་ནི་  
བསྐྱེད་བའི་གཞི་རྣམས་ལ་སྒྲོ་གསུམ་སྒྲོད་པར་འཇུག་པའོ། །སྒྲོ་མས་བ་ནི་རང་གི་

ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་གཞན་ལ་ངོམ་བཤོ། །གཞན་ཡང་དོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོའི་རིམ་  
བར་སྤེ་བ་སོ་གཉིས་པ་ལས། གང་ཡང་ཁོ་དང་སྤྱུ་ཅན་དང་། །དག་ནི་ཤིན་ཏུ་རྩལ་བ་  
དང་། །ཡོན་ཏན་དག་གིས་ཆོག་ཤེས་པ། །དེ་ནི་སྒྲ་མར་བསྟེན་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །གཉིས་པ་ནི། །ཡོན་བསྟེན་པར་བྱ་བའི་སྒྲ་མ་དེ་རིམ་བཞི་གཅིག་། །བཟོན་ཞིང་  
དུལ་ལ་སྒྲོ་བློས་ལྟན། །བཟོད་ལྟན་དང་ལ་གཡོ་སྤྱུ་མེད། །སྤྲུགས་དང་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་  
ཤེས། །སྦྱང་བཅེར་ལྟན་ཞིང་བསྟེན་བཅོས་མཁས། །དེ་ཉིད་བཅུ་ནི་ཡོངས་སུ་  
ཤེས། །དཀྱིལ་འཁོར་འབྲི་བའི་ལས་ལ་མཁས། །སྤྲུགས་བཤད་པ་ཡི་སྦྱོར་བ་  
ཤེས། །རབ་ཏུ་དང་ཞིང་དབང་པོ་དུལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་བཟོན་པ་ནི་ལུས་  
བསྐྱམས་པ་དང་། །དུལ་བ་ནི་དག་བསྐྱམས་པ་དང་། །སྒྲོ་བློས་ལྟན་ནས་སྤྱུ་མེད་པའི་  
བར་གྱིས་ནི་ཡིད་བསྐྱམས་པ་བསྟེན་པར་སྤྱུ་འབྲུལ་བྱ་བའི་འབྲེལ་བར་སྒོ་བ་དཔོན་  
ཀུན་དགའ་སྦྱང་པོས་བཤད་དོ། །སྒྲོ་བློས་དང་ལྟན་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཆེ་བཤོ། །བཟོད་པ་  
ནི་གཞོད་བྱེད་དང་དཀའ་སྤྱད་དང་ཆོས་ཟབ་མོ་ལ་བཟོད་པ་སྟེ་དེ་དང་ལྟན་པཤོ། །དང་  
བ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་ལྟག་པའི་བསམ་བསམ་གནས་པཤོ། །གཡོ་དང་སྤྱུ་ནི་རྟེན་བཀྲ་  
ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་བྱང་ཞིང་འདོད་ཆགས་དང་གཉི་སྤྲུག་གང་རུང་གི་ཆར་  
གཏོགས་པར་འབྲེལ་བ་ལ་རང་གི་ཉེས་པ་ཐབས་ཀྱིས་མི་མངོན་པར་བྱེད་པ་དང་ཡོན་  
ཏན་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་སྟེན་པ་སྟེ་དེ་མེད་པཤོ། །སྤྲུགས་དང་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་  
ཤེས་ཞེས་པ་ལ་སྤྱུ་འབྲུལ་བྱ་བའི་འབྲེལ་བར་གསང་སྤྲུགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་ཤེས།  
ཞེས་བཏོན་ནས་སྤྲུགས་དང་སྟེན་ཀྱི་སྦྱོར་བས་བཞེགས་སྒྲོག་བྱས་པ་ལ་ཀུན་སྦྱང་  
གིས་བཤད་དོ། །དོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོའི་རིམ་བར་སྤེ་བ་སོ་གཉིས་པའི་སྤྲུགས་དང་རྒྱུད་

ཀྱི་སྒྲོར་བ་ཤེས། ཞེས་པའི་འགྲེལ་བར་བླ་བ་རྩ་བ་སྤྲུགས་ནི་ཀང་བ་བརྒྱད་པ་ལ་  
སོགས་པའོ། རྒྱད་ནི་སྤྲུག་ནཱ་མ་སོ། །སྒྲོར་བ་ནི་བྱ་བའོ། །ཤེས་པ་ནི་མཁས་  
པའོ། །ཞེས་སྤྲུགས་དང་རྩལ་གྱིས་རང་རང་གི་བྱ་བ་ཞི་སོགས་སྒྲུབ་པ་ཤེས་པ་ལ་  
བཤད་དོ། །སྤྲོང་བཅེར་ཐུན་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་འདོད་  
པའི་བཅེ་བ་ཆེ་བའོ། །བསྐྲན་བཙོས་ལ་མཁས་པ་ནི་དོ་རྩེ་གྲུང་ལས། རིག་པའི་གནས་  
ནཱ་མ་ཀུན་ལ་མཁས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནང་རིག་པ་སྤྲེ་སྒྲོད་གསུམ་ཤེས་པ་ལ་  
སོགས་པའོ། །དེ་ཉིད་བཙུ་ནི་རྣལ་འབྱོར་ཐཱ་མེད་ཀྱི་རྒྱད་དོ་རྩེ་སྤྲོང་པོ་རྒྱན་གྱི་ལེའུ་  
ཐ་མ་ལས། ཕྱིར་སྒྲོག་གཉིས་ཀྱི་ཆོག་དང་། །གསང་དང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་དང་། །ཁ་  
སྒྲོར་འབྲེད་པའི་ཆོག་དང་། །གཏོར་མ་དོ་རྩེ་འེེ་བཟུམ་བ་དང་། །བྲག་ལུལ་སྒྲུབ་པའི་  
ཆོག་དང་། །རབ་ཏུ་གནས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་སྒྲུབ། །གསང་བའི་དེ་ཉིད་བཙུ་ཡིན་  
ནོ། །དཀྱིལ་འཁོར་ཉིང་འཛིན་བྲུག་རྒྱ་དང་། །སྤང་སྤྲུབ་པ་ལྷུག་སྤངས་བཟུམ་བཟོད་  
དང་། །སྤྲིན་སྤེལ་མཆོད་པ་ལས་སྒྲོར་དང་། །སྤར་སྤྱད་པ་ཡི་ནཱ་བ་ནི། །ཕྱི་ཡི་དེ་  
ཉིད་བཙུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསང་བ་སྤྲེ་ནང་གི་དེ་ཉིད་བཙུ་དང་ཕྱིའི་དེ་ཉིད་བཙུ་  
གསུངས་སོ། །དེ་ལ་ཕྱིར་སྒྲོག་ཀྱི་བ་གཉིས་ནི་ཁྲི་བོ་བཙུ་ལྷ་ལྷ་ལ་བསྒྲོམས་ནས་ཕྱིར་  
སྒྲོག་པ་དང་ཕྱིས་ནས་འདོགས་པ་སོགས་བྲུས་པས་ཕྱིར་བསྒྲོག་པའོ། །གསང་བ་དང་  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་བ་གཉིས་ལས་མ་གསུངས་ཀྱང་གསང་དབང་  
བྲུམ་དབང་ཐོབ་པ་ལ་བསྐྱར་བས་དེས་བྲུམ་དབང་མཆོན་ལ་གསུམ་པས་བཞི་པ་  
མཆོན་པས་དེ་དེར་བསྐྱེད་ཀྱི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཙུ་པ་ལས་དབང་བཞི་ཀ་གསུངས་སོ། །ཁ་

སྐྱོར་དབྱེ་བ་ནི་དབྱེ་བོ་སྐྱོར་མ་དང་ཐལ་ནས་མངོན་སྐྱོར་བྱེད་པ་ལོ། །གཏོར་མ་ནི་  
 རྟོགས་སྐྱོར་བཙུང་གཏོར་མ་ལྟ་བུ་ལོ། །རྩོམ་པ་ནི་ཡིད་དང་དག་གི་རྩོམ་  
 བཟུངས་པ་སྟེ་གཞན་ཡང་རྟོགས་རྟུལ་སྟེ་ལ་ནས་བཟུངས་ལུགས་མང་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 བཅུ་པ་ལས་བཤད་དོ། །དག་ལུ་སྐྱབ་པ་ནི་དབང་ཐོབ་ཅིང་དམ་ཆོག་དང་སྒྲིམ་པ་  
 དང་ལྟན་པས་སྐྱབ་ཐབས་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཆུ་བ་བཙུང་ལ་སོགས་པར་  
 བསྐྱབས་ཀྱང་མ་གྲུབ་ན་ལྟ་ལ་དག་པོའི་སྐྱོར་བས་ཕུར་བུས་འདེབས་པ་ལོ། །རབ་  
 གནས་ནི་གོ་བར་ཟད་ལ་དཀྱིལ་འཁོར་བསྐྱབ་པ་ནི་མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་  
 བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་ལ་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་པ་དང་དེར་ཞུགས་ནས་དབང་ལེན་ཅིང་རྩེས་  
 རུ་གནང་བ་ཞོད་པ་ལོ། །རྒྱས་པར་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུ་པ་ལས་ཤེས་པར་བུ་ལོ། །ཕྱི་  
 དེ་ཉིད་བཅུའི་དཀྱིལ་འཁོར་ནི་གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་རོ། །ཉིང་རེ་འཛིན་ནི་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ཏེ་དང་པོ་སྐྱོར་བ་སོགས་སོ། །ཕྱག་རྒྱ་  
 ནི་ལྟ་ལ་རྒྱས་འདེབས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་སོགས་སོ། །སྐར་སྐབས་དང་འདུག་སྐར་དང་  
 ལས་ལ་སྐྱོར་བ་དང་སྐར་བསྐྱབ་པ་བཞི་ནི་རིམ་པ་ལྟར་གཡས་བརྒྱུད་ལ་སོགས་པ་དང་  
 རྩོམ་སྐྱེལ་ཀྱང་ལ་སོགས་པ་དང་། བསྐྱར་ཞིང་སྐྱུན་བྱང་བ་སོགས་དང་མཆོད་བསྟོད་  
 སོགས་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་གཤེགས་སུ་གསོལ་བ་ལ་སྟོབ་དཔོན་རབ་ཞི་བཤེས་གཉེན་  
 གྱིས་སྐྱེལ་འབྱུལ་བྱ་བའི་འབྲེལ་པར་བཤད་ལ་ཀུན་སྙིང་གིས་ལས་ལ་སྐྱོར་བ་ཞི་  
 སོགས་ཀྱི་ལས་ལ་སྐྱོར་བ་ལ་བཤད་ཅིང་གཞན་གསུམ་དོན་འདྲའོ། །བཟུངས་བརྟེན་  
 སོགས་སྟག་མ་གསུམ་ནི་གོ་སྟོལ། །སྐྱེལ་འབྱུལ་བྱ་བའི་རིམ་པར་བྱེ་བ་ཐ་མར་དེ་ཉིད་  
 བཅུ་གསུངས་པ་ཡང་བཅུ་ཆོན་བྱེ་མ་དང་འདྲའོ། །དེ་སྟར་ན་རྒྱུད་སྟེ་འག་མའི་རྩོམ་



སྟོབ་དཔོན་ཡིན་ན་བཏུ་ཆེན་ལོག་མ་དང་། ཐཱ་མེད་ཀྱི་དོན་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ནི་བཏུ་  
ཆེན་དང་པོའི་དེ་ཉིད་བཏུ་ལེགས་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །དཀྱིལ་འཁོར་འདྲི་བའི་ལས་  
ལ་མཁས་པ་ནི་ཐེག་གིས་བྱི་བ་དང་ཆོན་གྱིས་བྱི་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ལ་མཁས་  
པའོ། །དེ་དག་ནི་སྦྱ་འཕུལ་བྲ་བ་ལས། བརྟན་ཞིང་དུལ་ལ་སྟོ་གྲོས་ལྟན། །བཟོད་ལྟན་  
བྲང་ཞིང་གཡོ་སྦྱ་མེད། །གསང་སྤྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་ཤེས་པས། །དཀྱིལ་འཁོར་བྱི་  
བའི་ལས་བྱའོ། །དེ་ཉིད་བཏུ་ནི་ཡོངས་ཤེས་ཤིང་། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་མི་འདྲིགས་  
སྦྱིན། །ཐེག་པ་ཆེ་ལ་རྟག་དགའ་བ། །དེ་ནི་སྟོབ་དཔོན་ཡིན་པར་གསུངས། །ཞེས་  
བཤད་པ་བསྟུས་པའོ། །སྤྱགས་བཤད་པ་ཡི་སྦྱོར་བ་ཤེས། །ཞེས་པ་ལ་ཆག་འབྱུར་དུ།  
སྤྱགས་འཆད་མཁས་པའི་སྟོབ་དཔོན་ནི། །ཞེས་འབྱུར་བ་ལྟར་བདེ་སྟེ་གཞན་ལ་  
སྤྱགས་ཀྱི་ལམ་འཆད་པ་ལ་མཁས་པའོ། །རབ་ཏུ་དང་བ་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ལ་རྟག་དགའ་  
བ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྦྱི་དང་བྱུང་པར་དུ་སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་  
རབ་ཏུ་གྲུས་པའི་དང་བ་བརྟན་པའོ། །དབང་པོ་དུལ་བ་ནི་བརྟན་ཤེས་ཀྱིས་དབང་པོའི་  
སྟོ་བསྐྱམས་པས་ལོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་ཆར་བཅད་པའོ། །དེ་དག་གི་དོན་  
མདོར་བསྟུན་སྟོང་རྗེ་ཆེ་བ། །ཐེག་ཆེན་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་བརྟན་པ། །ཐེག་པ་བྱན་  
མོང་བ་དང་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསྟན་བཅོས་ལེགས་པར་ཤེས་པ། །གཤུབ་བྱ་  
འཁྲིད་པའི་རིམ་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ། །སྟོ་གསུམ་ཀྱི་ཉིས་སྦྱོད་བསྐྱམས་པས་དབང་  
པོ་དུལ་བ་སྟེ་ཆོས་ལྟ་དང་ལྟན་པ་ཞིག་སྟོ་དང་ལྟན་པའི་སྟོབ་མས་ཐཱ་མར་བྱའོ། །དོན་རྗེ་  
གྲུར་གྱི་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པ་ལས་ཀྱང་། །རྗེ་རྟོབ་དཔོན་མཆོན་ལྟན་ཉིད། །དེ་ཡིས་ཉེ་  
བར་བསྟན་པའི་སྤྱགས། །སྦྱབ་པ་པོ་ལ་འབྱུང་བོ་གྱི། །བརྟན་ཞིང་ཟབ་མོའི་ཆོས་ལྟན་

དང་། རིག་པའི་གནས་རྒྱུ་ལ་མཁས། སྤྱིན་ཐོག་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྲུགས་  
ཤེས་ཤིང་། རབ་གནས་གཏོར་མའི་པ་རོལ་སོན། དེ་ཉིད་བཙུ་ཤོ་རྒྱུ་པར་  
རིག ཉན་ཐོས་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་བྱེད་ཅིང་། སྤྲུགས་ཀྱི་ཐེག་པའི་རིམ་པར་  
གྱུས། གཟུགས་ལྡན་མཐོང་ན་དགའ་བ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་འབྲི་མཁས་བརྒྱུས་པར་  
ལྡན། ཅུ་བའི་ལྷང་བ་རབ་འཛོམས་ཤིང་། སྤྲུགས་དང་རྒྱུད་ཀྱི་རབ་སྦྱོར་  
ཀྱིས། འཛིག་ཉེན་རྒྱུ་ལ་བདེ་སྤྱོད་བ། དེ་འབྲེལ་སྒྲ་མ་དངོས་བྱས་ནས། གང་  
གིས་ཀྱང་ནི་སྤྲོད་མི་བྱ། ཞེས་རྒྱུ་པར་གསུངས་ཏེ་བྱུང་པར་དུ་དོན་སྤོབ་དཔོན་ལ་  
ཅུ་བའི་ལྷང་བ་དང་མི་ལྡན་བ་དགོས་པར་འདི་དང་སྤོབ་པ་འབྱུང་བ་ལས་གསུངས་པ་  
ནི་མེད་མི་རུང་ཡིན་པས་སྤྱང་བ་འདད་པའི་སྤོབ་གསུམ་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོར་བསྐྱུལ་པའི་གཙོ་  
བར་གཟུང་རོ། ཉན་ཐོས་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་ནི་བའདད་རྒྱུད་དོན་སྤོབ་པ་ལས་  
སྤོབ་དཔོན་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕྱི་རུ་སོ་སོར་ཐར་བ་སྦྱོར་ཅིང་ནང་དུ་འདུས་  
པའི་དོན་ལ་དགའ་བར་གསུངས་པ་དང་དོན་གཅིག་པས་སོ་སོར་ཐར་བའི་སྤོབ་པ་  
དང་ལྡན་པ་སྤྱི་དེ་ཡང་དགོས་དོན་དེ་འཛིན་པ་མཆོག་དང་དགོ་ཚུལ་དོན་དེ་འཛིན་པ་  
འབྲིང་དང་རབ་བྱུང་གི་སྤོབ་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤོབ་ལྡན་བྱིས་པ་ནི་དོན་དེ་  
འཛིན་པའི་སྤོབ་དཔོན་ཐ་མཛོ། དེ་ལྟར་ཡང་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་གི་  
ལེའུའི་འབྲེལ་པར་བྱངས་པ་ལས། དེ་ཉིད་བཙུ་ནི་ཡོངས་ཤེས་པ། གསུམ་ལས་དགོ་  
སྦྱོར་མཆོག་ཡིན་འབྲིང་། དགོ་ཚུལ་ཞེས་བྱ་དེ་དག་ལས། བྱིས་ན་གནས་པ་ཐ་  
མཛོ། ཞེས་གསུངས་སོ། འདིས་ནི་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བའི་  
བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤོབ་པའི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤོབ་ལྡན་དགོས་པའི་སྤྲུགས་སྦྱུབ་

པའི་ལམ་གྱི་ཉེན་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པས་སོ་སོར་ཐར་བ་གང་ཡིན་ཟེག་དམན་གྱི་  
ཡིན་པར་བརྩུང་ནས་གསང་སྤྲུགས་དང་ཆེས་མི་མ་བྱན་པར་འདོད་པ་ནི་རྒྱལ་བའི་  
གསུང་རབ་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་མ་ཆགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཆོན་ཉིད་ཏུ་  
གསུངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མ་རྟེན་ན་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་དཔལ་དོན་  
དམ་པའི་བསྟེན་པ་ལས། ཅོད་ལྡན་དབང་གིས་ཐཱ་མ་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་འབྲེས། །རྣམ་  
པ་ཀུན་ཏུ་སྤྲིག་པ་མེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་ཞིག་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་ཡང་ནི་ལེགས་  
དབྱེད་ནས། །བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དེ་ལ་བརྟེན་པར་འགྲུར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
མཆོན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མ་རྟེན་ན་ཡོན་ཏན་གས་ཆེ་བ་ལ་བརྟེན་པར་  
བྱའོ། །རྟོ་རྟེ་སྟོབ་དཔོན་ནི་དངོས་བྱུང་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་པས་རྒྱུད་སྤེ་དུ་མ་ནས་མཆོན་  
ཉིད་མང་དུ་གསུངས་པས་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྟོབ་མ་  
བསྟེན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ལ་འབད་ཅིང་ཐཱ་མ་  
བསྟེན་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་འབྲ་བ་འཆོལ་བ་ལ་འབད་ལ་མ་རྟེན་ནའང་དེ་འབྲ་  
བའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱུར་ཆོགས་གསོག་པ་དང་སྟོན་ལམ་  
ལ་བཅོན་དགོས་པས་ཐཱ་མའི་མཆོན་ཉིད་དེ་དག་ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་  
ཆེའོ། །བསྟེན་བྱའི་སྟོབ་མ་རི་འབྲ་བ་ཡང་སྐྱུ་འཕྲུལ་བྱ་བའི་རིམ་པར་བྱེ་བ་དང་པོ་  
ལས། དག་དང་སྟོམ་ལ་དགའ་བ་དང་། ཉག་ཏུ་ཐཱ་མ་ལ་བྱས་དང་། །རྒྱུན་དུ་ལྟ་རྣམས་  
མཆོད་བྱེད་པའི། །ཡོན་ཏན་ལྡན་ན་སྟོབ་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་  
ལ་སྤང་བྱའི་སྟོབ་མ་ནི། ལྷོང་རྗེ་མེད་ཅིང་ཁོ་ལ་གདུག །ཅེས་སོགས་ཀྱི་སྟོན་དང་ལྡན་  
པ་དང་འདིར་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་ཅན་ལས་བསྟོག་པ་རྣམས་སུ་ཤེས་པར་

བྱའོ། སློབ་མའི་སྦྱོར་ཡོན་དེ་དག་གྲང་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྦྱོར་སྤྲོད་བ་དང་ཡོན་ཏན་  
 དེ་དག་རང་ལ་ལྡན་པར་བྱ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། གཤེས་པ་བསྟེན་ཚུལ་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པ་ལ་གཉིས། མ་གྲུས་པ་སྤང་བ་དང་། གྲུས་པ་རྩི་ལྟར་བསྐྱབ་པའོ། འདྲ་པོ་ལ་  
 བཞི། བརྟམ་པ་དང་སྦོད་པ་སྤང་བ། རྒྱགས་དགྲུག་པ་སྤང་བ། མ་མཐོང་བའི་ཉེས་  
 དམིགས་བཤད་པ། དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱབ་པའོ། འདྲ་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་བསྟེན་པ་དང་།  
 གྲེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། འདྲ་པོ་ནི། དེ་འདྲའི་མགོན་ལ་བསམས་བྱས་ནས། སློབ་  
 མར་གྲུར་ནས་བརྟམ་ན་ནི། ཤངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བརྟམ་པས་ན། འདས་ནི་ཉག་ཏུ་  
 རྒྱག་བསྐྱལ་འཛོལ། ཅེས་པས་སྟོན་ནོ། སྤང་བཤད་པའི་དེ་འདྲ་བའི་མགོན་པོ་སྤྲོ་མ་  
 ལ་བརྟམ་པས་སྤང་ན་ནི་ཉག་ཏུ་སྟེ་རྒྱན་དུ་ཆོར་བ་རྒྱག་བསྐྱལ་འཛོལ་པར་འགྱུར་  
 རོ། རྩི་ལྟར་དུ་བརྟམ་པས་འཛོལ་ཅེ་ན། བསམས་བྱས་ནས་ཉེ་བསམས་བཞིན་དུ་  
 བརྟམ་སྦོད་བྱས་ནའོ། གང་གིས་བརྟམ་པས་ཤེས། དེའི་སློབ་མར་གྲུར་པ་སྟེ་སློབ་མ་  
 བྱས་ནས་དེ་ནས་དེས་བརྟམ་ནའོ། བརྟམ་སྦོད་བྱས་ཚུལ་ནི་དཔལ་མཆོག་འབྲེལ་  
 ཆེན་ལས། གང་གིས་རྣལ་འབྱོར་བ་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སློབ་དཔོན་  
 དེ་ལ་ཁྱོད་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་དང་བཙོན་འགྲུས་ཞན་པ་དང་། རྩོངས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་སྤང་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཚུལ་འཆལ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྦོད་པ་  
 དང་བརྟམ་པའོ། འདྲེལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སློབ་དཔོན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 རྒྱུད་དང་མན་ངག་འཆད་པའི་སྦྱོན་དུ་འདྲེལ་འཁོར་དུ་གཞུག་དགོས་པས་དེ་ལ་  
 དགོངས་པ་ཡིན་གྱི་དབང་བསྐྱར་པའི་སློབ་དཔོན་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པས། བརྟམ་པ་དང་  
 སྤང་པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་ནི་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་པར་ཤེས་པར་

བྱའོ། །ཡུལ་ཡང་རང་གི་དོན་རྒྱུ་དཔོན་ཡིན་ན་རྗེ་འདྲ་ཞིག་ལ་ཡང་མ་གུས་པ་སྤང་  
དགོས་ཏེ་དཀྱིལ་ཆོག་བཞི་བརྒྱ་ལྷ་བརྩ་པའི་འགྲེལ་པར་ཤུ་ཉི་བས། སྤང་པར་མི་བྱ་  
སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐཱ་མ་ཐཱ་ལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་ན་ཡང་མ་གུས་  
པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བརྟན་པས་ན།  
ཞེས་པ་ནི་བརྟན་པས་ཉག་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱལ་འཛོལ་པའི་རྒྱ་མཆོན་སྟོན་པ་སྟེ་དོན་རྒྱུ་བ་  
དཔོན་མཆོད་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པར་གསུངས་པ་བཞིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་ནི། རོན་སྟོབ་དཔོན་ལ་བརྟན་སྟོན་བྱས་པ་དེས་སྤྲུག་བསྐྱལ་རྗེ་འདྲ་བ་  
རྣམས་འཛོལ་ཅེ་ན། སྟོབ་དཔོན་ལ་ནི་སྟོན་པ་དེ། །ཡམས་དང་འཆེ་བའི་ནད་རྣམས་  
དང་། །གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་རྣམས་ཀྱིས། །སྤོངས་ཆེན་དེ་ནི་འཆི་བར་  
འགྱུར། །རྒྱལ་པོ་མེ་དང་སྤྱལ་གདུག་དང་། །རྩ་དང་མཁའ་འགྲོ་རྒྱུན་པོ་དང་། །གདོན་  
དང་ལོག་འདྲེན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །བསད་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་འགྲོ། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །ཆག་འགྱུར་ལས། ཡམས་དང་ཉེར་འཆེ་ནད་རྣམས་དང་། །གདོན་དང་  
རིམས་དང་དུག་གིས་ཀྱང་། །ཐཱ་མའི་ཞབས་ལ་སྟོན་པ་ཡི། །སྤོངས་ཆེན་དེ་ནི་འཆི་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་འགྱུར་བ་བདེ་ལ་དེ་ཡང་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་དང་མ་མཐོང་  
བ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མའི་ཉེས་དམིགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཆོགས་བཅད་དང་པོ་དང་  
རྒྱལ་པོ་ནས་ལོག་འདྲེན་རྣམས་ཀྱིས་བསད་ཅེས་པའི་བར་ཀྱིས་བསྐྱར་ལ། གཉིས་པ་  
ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་འགྲོ་ཞེས་པས་བསྐྱར་ནོ། །དེ་ལ་ཡམས་ནི་རིམས་ལས་  
གཞན་པའི་འགོ་ནད་མི་བཟད་པའོ། །ཉེ་བར་འཆེ་བ་ནི་ལོག་གི་སེམས་ཅན་ཀྱི་གཞོད་  
པ་ལས་གཞན་པའི་སྟོག་ཆགས་གདུམ་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞོད་པའོ། །ནད་ནི་ཡམས་དང་

རིམས་ལས་གཞན་པའི་ནད་དེ་ཀྱང་གྱི་ལེའུ་བརྒྱད་པ་ལས། གཡོ་དང་སྐྱ་ཡི་རབ་  
 སྐྱོར་བས། །བསྐྱེན་བཀྱར་ལོག་པས་གསལ་བྱེད་ན། །སྒོ་ཁག་མཛེ་ནད་ནད་ཆེན་  
 གྱིས། །ཤི་ནས་དབྱལ་ལ་སོགས་པར་འགྲོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །གདོན་ནི་ལྷ་  
 དང་སྐྱའི་གདོན་ལ་སོགས་པའོ། །རིམས་ནི་ཉིན་གཅིག་པ་ལ་སོགས་པ་གསེར་མི་  
 རུང་བ་ནམས་སོ། །དུག་ནི་སྦྱར་དུག་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེ་དག་གིས་འཆི་ཆེན་བྱས་  
 བས་ཁན་མ་ཐོ་བ་ལྷལ་དུ་བྱུང་བའི་ཉེས་དམིགས་ལ་ཚོངས་པའི་ཚོངས་ཆེན་སྒྲ་མ་ལ་  
 སྟོད་པ་དེ་ནི་འཆི་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་དང་དུག་སྐྱལ་དང་ག་ཟེའི་  
 མཁའ་འགྲོ་དང་ཆོས་རྒྱན་པ་དང་ལོག་འཕྲེན་གཏུམ་པོ་ནམས་གྱིས་ཀྱང་གསོད་ལ་མེ་  
 དང་རྩར་དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་ཞིང་གི་བའི་ལོག་ཏུ་ཡང་དབྱལ་བ་ནམས་སུ་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ནི་དབལ་མཆོག་དང་པོའི་དུམ་བུ་དང་པོ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱང་  
 མཚུངས་སྒྲ་མ་ཡི། །སྟོབ་དཔོན་ལ་ནི་གང་སྤང་བ། །དེས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་སྤང་  
 བས། །ཉག་ཏུ་སྦྱག་བསྐལ་ཐོབ་འགྱུར་ཏེ། །རིམས་དང་དུག་དང་སྦྱར་དུག་  
 དང་། །མཁའ་འགྲོ་ནམས་གྱིས་གཅེས་པ་དང་། །གདོན་དང་ལོག་འཕྲེན་གཏུམ་པོ་  
 ཡིས། །བསད་ནས་སེམས་ཅན་དབྱལ་བར་ལྟར། །ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་བསྐྱུས་  
 པའོ། །གཉིས་པ་སྦྱགས་དགྲལ་པ་སྤང་བ་ནི། རམ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་དག་གི་ནི། །ཀྱང་  
 ཏུ་སེམས་དགྲལ་མི་བྱ་སྟེ། །གལ་ཏེ་ཚོངས་པས་བྱས་ཀྱང་ན། །དབྱལ་བར་ངེས་པར་  
 འཆིད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། རང་གི་ཀྱན་སྟོད་གང་གིས་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་  
 དག་གི་སེམས་དགྲལ་པ་སྟེ་སེམས་སུན་དབྱུང་བ་དུས་ནམ་ཡང་མི་བྱ་སྟེ་གལ་ཏེ་  
 སྟོབ་མ་ཚོངས་པས་དེ་བྱས་ན་དབྱལ་བར་འཆིད་ཅིང་སྟེག་པར་འགྱུར་རོ། །ལས་དེ་

ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་ངེས་པར་ཏེ་གདོན་མི་བ་བར་འབྲས་བུ་འབྲིན་པར་  
འགྱུར་བའོ། །སྟོང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཡིན་ཀྱང་སྟོབས་བཞིས་འདག་པར་བརྒྱད་སྟོང་  
འབྲེལ་ཆེན་དུ་གསུངས་པ་ནི་ལས་ཀྱི་རིམ་པར་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །ཆོགས་བཅད་འདི་ཆེ་གསང་ཐེག་ལེ་ལས་བསྐྱས་པའོ། །གསུམ་པ་མ་མཐོང་  
བའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་པ་ནི། མནར་མེད་ལ་སོགས་འཛིགས་བྱུང་བའི། །དཔུལ་  
བ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ། །སྟོབ་དཔོན་ལ་ནི་སྟོད་པ་རྣམས། །དེར་ནི་གནས་པར་ཡང་  
དག་བཤད་ཅེས་པའོ། །སྤར་བཤད་པའི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བར་འགྲོ་ཞེས་པའི་  
དཔུལ་བ་ནི་མདོ་དང་རྒྱད་ཕྱེད་མནར་མེད་དང་སོགས་པས་བསྐྱས་པ་རབ་དུ་ཆ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་དཔུལ་བ་འཛིགས་སུ་བྱུང་བ་སྟེ་སྟུག་བསྐལ་ཆེ་ཤོས་དེ་རྣམས་སུ་  
སྟོབ་དཔོན་ལ་སྟོད་པ་རྣམས་གནས་ནས་སྟུག་བསྐལ་ཡུན་རིང་བོར་སྟོང་དགོས་པར་  
བཤད་དེ། རྟོ་རྟེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱད་ཀྱི་ལེ་འུ་བཙུ་བཞི་བ་དང་སྟུ་འབྲུལ་བ་བའི་རིམ་  
པར་བྱེ་བ་དང་པོ་ལས་གསུངས་པ་བསྐྱས་པའོ། །སྤར་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་སྤར་སྟེ་  
རྟོ་རྟེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། བན་པ་གཏུམ་པོ་སྒྲུན་ཆེན་དེ། །སྟོགས་བཞི་དག་དུ་སོང་ཀྱང་  
ཀྱང་། །སྟོ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་མི་སྤར་བར། །མདུང་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཆ་ཡིས། །ཁ་  
ན་མ་ཐོ་བྱེད་པ་གསོད། །ཅེས་སོ། །འདུས་པའི་ལེ་འུ་ལྔ་པ་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་  
མཆོམས་མེད་ལ་སོགས་པ། །སྟེག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ཡང་། །རྟོ་རྟེ་ཐེག་པ་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེ། །ཐེག་པ་མཆོག་ནི་འདི་ལ་འགྲུབ། །སྟོང་ནས་སྟོབ་དཔོན་སྟོད་པ་དག །བསྐྱབས་  
ཀྱང་འགྲུབ་པར་ཡོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་དེའི་འབྲེལ་བ་སྟོན་གསལ་ལས་  
པ་མ་དང་དག་བཅོམ་གསོད་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟུ་འཛིག་པ་དམ་ཆོས་སྟོང་

བ་སྟེ་ཤི་མ་ཐག་དཔལ་བར་ལྷང་བའི་མཆམས་མེད་ལྔ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཉི་  
བའི་མཆམས་མེད་དང་སྟེག་པ་ཆེན་པོ་ཙུང་བཞི་སྟུང་པ་རྣམས་ཀྱང་ཁྱ་མའི་དེན་  
ཀྱིས་རྫོགས་རིམ་ཐོབ་ན་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བར་འབྱུང་ཡང་། དང་པོར་སྟོབ་དཔོན་  
ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱས་ཏེ་ཐོས་བསམ་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་ནས་ད་ནི་འདིས་ཅི་  
ཞིག་བྱ་ཞེས་ཁྱ་མ་ལ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་ནི། སྟོང་ནས་སྟོབ་དཔོན་སྟོད་པ་སྟེ་དེ་དང་  
ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཟང་ཟེང་གི་ལོངས་སྟོད་ཀྱིས་དགའ་བར་བྱེད་པས་ཀྱང་མི་འབྱུང་ན་དེས་  
མི་འབྱུང་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། ཞེས་ཆོས་སྟོང་དང་མཆམས་མེད་ལས་ཀྱང་སྟེག་ཆེ་  
བར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཉེས་སྟོད་དེ་དག་ནི་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་ཅིང་  
ངན་འགྲོ་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ང་བའི་སྟུག་བཤལ་གྱི་ཙུ་བར་རྒྱུད་སྟེ་ལས་ཡང་ཡང་ནན་ཆེ་  
བར་གསུངས་པས་གནས་འདི་ལ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཟབ་པར་བྱའོ། །འདི་ཡང་ལས་འབྲས་  
སྟེ་རྒྱུན་དུ་བསྐྱོམ་པ་དང་བྱུང་བར་དུ་ཁྱ་མ་ལ་བརྟན་སྟངས་དང་ཐུགས་དཀྱགས་པའི་  
ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་འབྲས་བུ་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ་བསམས་ནས་ཉེས་དམིགས་  
ལ་ཤིན་ཏུ་སྒྲག་པ་དང་དེ་ཡང་རྒྱ་དེ་དག་ལས་འབྱུང་བ་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་པ་ལ་  
རག་ལས་ཏེ་དེ་གཉིས་ཆོག་ཙམ་དུ་སོང་ན་ཉེས་སྟོད་དེ་དག་ལ་འདྲེས་པ་ཡང་ཆོག་  
ཙམ་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱ་མ་ལ་བརྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་ལྷང་བ་རྣམས་ལ་རི་མི་  
སྟམ་པར་འཇུག་ཅིང་བསྐྱང་སྟོམ་ཡལ་བར་དོར་ནས་ལམ་བསྐྱོམ་པ་སྐྱད་བྱས་ཀྱང་  
ངན་འགྲོའི་སྟོ་འབྱེད་པར་གསུངས་པས་ཁས་སྐྱངས་པའི་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་  
བསྐྱང་བ་ཉིད་གཞིར་བཞག་ནས་ལམ་བསྐྱོམ་པ་དགོས་ཏེ། རྩོམ་སྟེང་པོ་རྒྱན་གྱི་  
ལེ་ཏུ་བརྟུ་བཞི་པ་ལས། གང་གིས་སྟོབ་དཔོན་ཡང་དག་སྟངས། །དེ་ཡིས་རྒྱུད་ཀྱན་སྟུབ་



པའི་མཆོག་གཉིད་དང་འདྲ་འཛིན་མ་སྤངས་ཏེ། །བསྐྱལ་བ་སྒྲོང་དུ་ལེགས་བསྐྱབས་  
ཀྱང་། །དཔུལ་སོགས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་དང་། བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་ལེའུ་  
དང་པོ་ལས་ཀྱང་། །འིན་རུ་མཉམ་བཞག་སྐྱབ་པ་པོས། །རྟག་རུ་དམ་ཆིག་བསྐྱང་བར་  
བྱ། །དམ་ཆིག་ཉམས་པས་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །དབང་སྐྱར་དངོས་བྱུང་ཐོབ་མི་འགྱུར།  
ཞེས་གསུངས་སོ། །བཞི་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི། །དེ་བས་འབད་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །རྩོ་  
ཇི་སྒོ་བ་དཔོན་སྒོ་གྲོས་ཆེ། །དགོ་བ་རབ་རུ་མི་སྒྲོམས་པ། །ནམ་ཡང་སྤྲད་པར་མི་  
བྱའོ། །ཞེས་སོ། །སྒོ་བ་དཔོན་ལ་སྤྲད་པའི་ཉེས་དམིགས་འིན་རུ་ཆེ་བ་དེ་བས་ན་རུས་  
བ་ཅི་ཡོད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབད་ནས་རྩོ་ཇི་སྒོ་བ་དཔོན་སྒོ་གྲོས་ཏེ་མཐུན་བ་ཆེ་བ་  
དང་དགོ་བ་ཆེན་པོ་ཡང་མི་སྒྲོམས་པར་སྤེད་བ་ལ་དུས་ནམ་ཡང་སྤྲད་པར་མི་  
བྱའོ། །ཞེས་སྒོ་བ་མ་སྐྱིད་དང་བྱད་པར་དུ་ཆོས་འིན་རུ་ཐབ་བ་རྣམས་གང་བྱུང་བྱུང་ལ་  
ཁྱེ་བ་ལ་བཙོན་ཞིང་གཅིག་ལ་ཡང་བཞེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུ་ལ་མི་བྱེད་བ་རྣམས་ལ་  
ཐུགས་བརྩེ་བས་འདོམས་པའོ། །དེ་ལྟར་རང་གི་སྒོ་བ་དཔོན་ལ་མི་སྒྲོད་པ་ཅམ་དུ་མ་  
བད་གཞན་སྒོད་པ་གྲོགས་སུ་བྱས་ནའང་སྤར་བའདད་བ་ལྟར་རང་གི་དངོས་བྱུང་ཀྱི་  
གོགས་ཆེན་པོར་འགྱུར་བས་རྣམ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། །སྐྱེ་འབྱུལ་བ་བའི་  
རིམ་པར་བྱེ་བ་དང་པོ་ལས། །སྒོ་བ་དཔོན་སྒོད་པར་བྱེད་པ་དག། །མི་ལམ་དུ་ཡང་  
མཐོང་མི་བྱ། །སྒོ་བ་དཔོན་སྒོད་པ་གང་ཡིན་ཏེ། །བགོགས་དང་ལོག་འདྲེན་རྣམས་  
ཀྱིས་བཟུང་། །རན་བ་གཏུམ་པོའི་ལས་བྱེད་པ། །མཁས་པས་རྟག་རུ་སྤང་བར་བྱ།  
ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་གྲུས་པ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པ་ལ་བརྒྱད། །ཡོན་དབུལ་བ། །སངས་རྒྱས་  
སུ་བལྟ་བ། །བཀའ་བསྐྱབ་པ། །ཐཱ་མའི་ཇུས་དང་འཁོར་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ། །འཕྲལ་གྱི་ཀུན་

སྒྲིང་དག་པར་བྱ་བ། ལུས་དག་གིས་བསྟེན་འགྲུར་བའི་བྱེད་པར། ར་རྒྱལ་སྤར་བ།  
རང་དབང་དུ་མི་འཇུག་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། མ་གྲུས་པའི་དག་བྱེད་དུ་ཡོན་དབུ་  
བ། ཡོངས་སུ་བརྒྱུད་བ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་བའི་ཚུལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་འཐད་བ། རྒྱུན་  
གྱི་དམ་ཆིག་གསུམ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། སྤྲོ་མ་ལ་ནི་གྲུས་བཅས་ཡོན། རྩིས་  
མ་ཐུན་ཁྱོད་ཀྱིས་སྦྱིན་པར་བྱ། །དེས་ནི་རིམས་སོགས་གཞོད་པ་རྣམས། །ཕྱིར་ཞིང་  
འབྱུང་བར་མི་འགྲུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་བག་མེད་པས་སྤྲོ་མ་ལ་བརྟུས་  
ན་སྤྲོ་མ་དེ་ལ་ནི་ཤིན་ཏུ་གྲུས་པ་དང་བཅས་པས་ཞལ་ཟས་བསྟུབས་ལ་རྩིས་སུ་  
མ་ཐུན་པ་སྟེ་གང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡོན་དེ་དང་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་དབུལ་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
བྱས་པ་དེས་ནི་སྤྲོ་བ་འདད་པའི་རིམས་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་རྣམས་ཕྱིར་ཞིང་སྟེ་  
སྤྲོ་མ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྲུར་རོ། །འདི་དབུལ་མཆོག་འགྲེལ་ཆེན་དང་བཞི་བརྒྱ་ལྔ་  
བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པར་སྤྲོ་མ་ལ་བརྟུས་པ་སྤྲོ་བ་གསོ་བའི་ཐབས་སུ་བཤད་དོ། །གཉིས་  
པ་ནི། རང་གི་དམ་ཆིག་སྟོབ་དཔོན་ནི། །སྦྱིན་མིན་བྱ་དང་རྒྱུང་མ་དང་། །རང་སྟོག་  
གིས་རྟག་བསྟེན་བྱ་ན། །ཡོངས་སྒྲིང་གཡོ་བས་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
རང་གི་དམ་ཆིག་སྟོབ་དཔོན་ནི་སྤྲོ་མ་ཁ་ཅིག་རང་ལ་དམ་ཆིག་སྦྱིན་པ་དང་ཁ་ཅིག་  
རང་གི་དམ་ཆིག་བསྐྱེད་པའི་ལུལ་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཞེས་འཆད་ཀྱང་། དབུལ་མཆོག་  
འགྲེལ་ཆེན་ལས། རྟག་ཏུ་རང་གི་དམ་ཆིག་བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་ལྷག་པའི་ལྷའི་  
སྦྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྩི་རྩི་ནི་རང་གི་དམ་ཆིག་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་ལ་ཤུན་པས་ཀྱང་  
རང་གི་ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བཤད་པས་རང་གི་ལྷག་པའི་ལྷའི་སྦྱ་གསུང་ཐུགས་དང་  
དབྱེར་མི་བྱེད་པར་བལྟ་བར་བྱ་བའི་སྟོབ་དཔོན་ནི་རང་གི་དམ་ཆིག་གི་སྟོབ་དཔོན་

ནོ། །དེ་ནི་སྦྱིན་མིན་ཏེ་སྦྱིན་པར་དཀའ་བའི་བྱ་དང་ཚུང་མ་དང་རང་གི་སྒོག་ཡོན་དུ་  
ལུལ་བས་ཀྱང་མཉེས་པར་བྱ་དགོས་ན་ཕྱིའི་ལོངས་སྤྱོད་གཡོ་བ་སྟེ་མི་རྟག་པའི་ཟང་  
ཟེང་གི་རྩལ་གྱིས་མཉེས་པར་བྱ་བ་སྒྲོས་ཅི་ཞིག་དགོས། དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱི་བྱ་ཁྲིའི་  
བརྟག་པ་གཉིས་པའི་རབ་བྱེད་དང་པོ་ལས། རང་གི་ཚུང་མ་བྱ་མོ་དང་། །བཅོ་པོ་བཅོ་  
མོ་སྤང་མོ་ཉིད། །ཕྱག་འཆལ་ནས་ནི་དབུལ་བར་བྱ། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
གྱིས། །སྒོ་དང་ལྡན་པས་སྒྲ་མར་དབུལ། །དེ་རིང་ཚུན་ཆད་བདག་བཅོ་དུ། །ཁྱོད་ལ་  
བདག་ནི་འབུལ་ལགས་ཞེས། །དེ་ལྟར་ཁྱེ་བ་བྱས་སྒྱུར་པས། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །གསུམ་པ་ནི། རོ་ན་རང་ཉིད་བཅོ་དུ་དབུལ་བ་ཚུན་ཆད་གྱིས་མཉེས་པར་བྱ་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན། གང་ཕྱིར་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་ནི། །གངས་མེད་པར་  
ཡང་རྟེན་དཀའ་བའི། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱང་བཙོན་ལྡན་ལ། །ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་སྟེར་བར་  
བྱེད། ཅེས་གསུངས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་གཞན་གྱིས་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་གངས་མེད་པས་  
ཀྱང་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པ་འདིར་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་  
སྟེར་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་མཉེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །སྤྱི་ལ་ཞེ་ན། བཙོན་  
འབྱས་དང་ཙོལ་བ་ཤིན་ཏུ་འབར་བ་དང་ལྡན་པའི་གདུལ་བྱ་མཆོག་རྣམས་ལ་སྟེར་  
བར་བྱེད་དེ་བཙོན་པ་མེད་པས་བྱང་ཚུབ་པར་མ་གྱུར་པ་ནི་སྒོ་བ་མ་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་  
པའོ། །ཀྱང་ཞེས་པས་སྤུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་རྣམས་ཆེ་འདི་ལ་སྟེར་བར་མ་ཟད་ཅེས་  
པའི་དོན་ནོ། །བཞི་པ་ནི། རྟག་ཏུ་རང་གི་དམ་ཆོག་བསྐྱང་། །རྟག་ཏུ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་མཆོད། །རྟག་ཏུ་སྒྲ་མ་ལ་ཡང་དབུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀུན་དང་  
འབྲ། །མི་ཟད་དེ་ཉིད་འདོད་པ་ཡིས། །རྩང་ཟད་ཡིད་འོང་གང་དང་གང་། །ཤིན་ཏུ་ཁྱད་

པར་གྱུར་པ་ཉིད། །དེ་དང་དེ་ནི་ཆ་མར་དབྱལ། །དེ་བྱིན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
ལ། །ཉག་ཏུ་བྱིན་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །དེ་བྱིན་བསོད་ནམས་ཆོག་པ་ཡིན་ཏེ། །ཆོག་པ་  
ལས་དངོས་གྲུབ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རང་གི་ལྷག་པའི་ལྷའི་སྒྲུ་  
གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ནི་དམ་ཆོག་སྟེ་དེ་ཉག་ཏུ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །ཉག་ཏུ་ཞེས་  
བྱ་བ་མི་ཟད་པའི་དགེ་བ་དང་བསྐྱུང་བའི་དོན་སྟོམ་པ་ལ་གནས་ཤིང་མི་གཡོ་བ་ལ་  
ལྷནྟ་པས་བཤད་དོ། །ཉག་ཏུ་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ལ་སོགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
བ་རྣམས་ལ་ཆོག་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཕྱི་ནང་གི་མཆོད་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་ནམ་མཁའ་ཁྲབ་པར་བྱས་ལ་མཆོད་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་ཉག་ཏུ་ཆ་མ་ལ་  
ཡོན་དབྱལ་བར་བྱ་སྟེ་འདི་ནི་ཆོག་པ་བསག་པའི་ཞིང་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་དང་འབྲ་  
བའི་ཕྱིར་དོ། །ཡང་ཞེས་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་མཆོད་པའི་མཆོད་པས་  
ཀྱང་མཆོད་པར་བྱ་བ་སྤྱད་དེ་མདོར་ན་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་མཐུལ་དང་ཕྱི་ནང་གི་  
མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་ཟང་ཟང་གི་གཏོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་ཏུ་མཆོད་པར་  
བྱའོ། །དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་གྱི་ལེའུ་བཞི་པ་ལས་ཀྱང་། ཆོ་ལྷན་དོ་རྩེ་སྟོང་མ་ཡིས། །ཅི་  
སྟེ་བདེ་བ་ཀྱན་འདོད་ན། །དད་མོས་སེམས་ཀྱིས་དབྱལ་བར་བྱ། །ཡིད་ལ་གང་  
བསམས་མ་སྤུལ་ལམ། །ཁས་སྦྱངས་དེ་ནི་མ་སྤུལ་ན། །ཡི་དྲགས་དབྱལ་བ་རྣམ་  
གཉིས་སྟ། །ངེས་པར་སྐྱེ་སྟེ་བཞུག་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །མི་ཟད་པའི་དེ་  
ཉིད་ནི་གང་ཐོབ་ན་ནམ་མཁའ་རི་སྟོན་པར་ཟད་པ་མེད་པའི་གོ་འཕང་ཆོས་ཀྱི་  
སྒྲའོ། །དེ་འདོད་པའི་སྟོང་མ་ཡིས་རང་ལ་ཆེས་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་ཅུང་ཟད་ནས་ཤིན་ཏུ་  
ཁྲད་པར་ཏུ་གྱུར་པའི་བར་གྱི་ཡོན་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་རྣམས་སྦྲ་མ་ལ་

དབུལ་ཞིང་སྐྱ་མས་ཀྱང་སློབ་མའི་སྲིད་པ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་དུ་སྒྲང་པར་བྱ་སྟེ། སི་བུ་  
ཀའི་བཟླ་པ་གཉིས་པའི་རབ་བྱེད་དང་པོ་ལས། གང་དང་གང་ཞིག་སྐྱུག་པའི་  
རྒྱས། །རེ་བ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ནི། །དེ་དང་དེ་ཉིད་སྐྱ་མར་དབུལ། །སྐྱ་མའང་སྟོང་  
རྗེ་ལྟ་བུ་པས་ནི། །སློབ་མའི་ཞེན་པ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར། །དེ་ལ་བན་པའི་བསམ་བས་  
གཟུང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱས་པའི་མན་ཡོན་ནི་སྐྱ་མ་དེ་ལ་ཉག་ཏུ་བྱིན་  
བས་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ཉག་ཏུ་བྱིན་པ་དང་འབྲུ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
ཆོག་སྡོག་ས་པར་འགྱུར་ལ་ཆོག་ས་མང་དུ་བསགས་པ་དེ་ལས་ནི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་  
མཆོག་སངས་རྒྱས་ལྟར་དུ་འཛོལ་ན་དངོས་གྲུབ་གཞན་ལྟ་བུ་སྟོས། །འདིས་ནི་སྐྱབ་པ་  
པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པ་ནི་རྒྱ་མེད་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་མི་འགྱུར་བས་རྗེས་  
སུ་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལ་རག་ལས་ལ་དེ་ཡང་ཆོག་ས་མང་དུ་གསོག་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་  
ཆོག་ས་ཀྱང་སྐྱ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྐྱུག་ཏུ་རྒྱུ་བས་པར་འགྱུར་བས་རྗེ་རྗེ་སློབ་  
དཔོན་ཉིད་ཆོག་ས་གསོག་པའི་ཞིང་མཆོག་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །རིམ་ལྡེའི་བདག་  
བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་ལས་ཀྱང་། མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ནམ་སྤངས་ནས། །སྐྱ་  
མ་ལ་མཆོད་ཡང་དག་བཅུ། །དེ་མཉེས་པས་ནི་ཀུན་མཁྱེན་པའི། །ཡེ་ཤེས་མཆོག་  
ནི་ཐོབ་པར་འགྱུར། །སྐྱ་མེད་བྱེད་པ་སློབ་དཔོན་གྱི། །རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའ་མཆོད་བྱས་  
པས། །དེ་ཡིས་བསོད་ནམས་མ་བྱས་ཅི། །དཀའ་སྐྱབ་མ་བསྟེན་གང་ཞིག་ཡོད། །ཅས་  
གསུངས་སོ། །དེ་བས་འབད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །ཞེས་པ་ནས། ཆོག་ས་ལས་དངོས་  
གྲུབ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་ཆོག་ས་བཅད་བྱུག་པ་མ་གཏོགས་པ་ནམས་  
ནི་དཔལ་མཆོག་དང་པོའི་དུམ་བུ་གཉིས་པ་ནས་འགྱུར་བ་བསྐྱུས་པ་སྟེ་ཆོག་ས་བཅད་

དང་པོ་དང་ལྔ་པ་ནི་གྲར་གྱི་ལེའུ་བཅུ་གསུམ་པ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ་། །གཉིས་པ་  
སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་བ་ལ་གཉིས། དངོས་ཀྱི་དོན་དང་། གིམ་མ་སོགས་ལའང་མ་  
གྲུས་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་བས་སློབ་མ་སྙིང་རྗེ་གཏོང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་  
པའི་ཡོན་ཏན་ལྡན། །སློབ་དཔོན་དང་ནི་དོ་རྗེ་འཇིན། །ཐ་དད་པར་ནི་མི་བརྟག་  
གོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སློབ་དེ་ཉིད་ཆོག་གས་གསོག་པའི་ཞིང་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་དང་  
མཉམ་པ་དེ་བས་ན་སློབ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་དང་དོ་རྗེ་འཇིན་པ་  
དོ་རྗེ་འཆང་གཉིས་ཐ་དད་དུ་མི་བརྟག་པར་དེ་ཉིད་དོ་རྗེ་འཆང་དུ་མོས་པར་  
བྱའོ། །སློབ་མ་དམ་པ་ནི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཙ་བ་སྙིང་རྗེ་དང་ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་དང་  
དགེ་བ་རྣམས་ལ་རང་དོན་གྱི་ཀྱན་འཇིན་དོར་ནས་སེམས་ཅན་ལ་བསྟོ་བའི་གཏོང་པ་  
དང་ཁས་སྐྱངས་པའི་སྤྱོད་པ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་  
ཡོག་སྐྱབ་དང་དཀའ་སྤྱད་ལ་མི་སྤྱོ་བའི་བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་ལྡན་པའོ། །སླ་  
མ་ལ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་བ་འདི་ནི་རྒྱུད་སྡེ་དུ་མ་ལས་གསུངས་ཏེ་དཔལ་གསང་བ་  
འདུས་པའི་ལེའུ་བཅུ་བདུན་པ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྐྱ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་དོ་རྗེ་གསང་བ་གསང་བ་འདུས་པས་མངོན་པར་  
དབང་སྐྱར་བའི་སློབ་དཔོན་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རི་ལྟར་བལྟ་བར་བགྱི། དེགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དོ་རྗེ་བཞིན་དུ་བལྟ་བར་བགྱིའོ། །དེ་ཅིའི་བྱར་ཞེ་ན། སློབ་དཔོན་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་དང་མཉམ་ཞིང་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་དབྱེར་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་འདུས་

པའི་དབང་བསྐྱར་བས་ནི་རྒྱད་གཞན་གྱི་དབང་བསྐྱར་བ་ཡང་མཆོན་ལ་དབང་བསྐྱར་  
བས་ནི་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་གཞན་ཡང་མཆོན་ནོ། །བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་དོ་རྩེ་ནི་དོ་རྩེ་  
འཆང་གི་མཆོན་གྱི་རྣམ་གངས་སོ། །“ཅི”ཀྱི་ལུ་པའི་གསང་འདུས་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས།  
རྣམ་པ་གཉིས་སུ་དབྱེར་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་པ་ནི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་དོ་རྩེ་འཆང་  
གྱི་སྐྱེ་ལས་ལོངས་སྟོང་རྩོགས་པ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ཉིད་གྱི་སྐྱེ་ལས་གཞུགས་རྣམ་པར་  
གནས་པ་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་དུས་སུ་དེའི་ལུས་ལ་རྣམ་པར་གནས་  
ནས་གཞན་གྱི་ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་སོགས་སྟོང་བར་བྱེད་པས་ནའོ། །ཞེས་སངས་  
རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་མི་རྣམས་པ་ད་ལྟ་འདྲ་བའི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་རྣམས་དོ་རྩེ་སྟོབ་  
དཔོན་གྱི་ལུས་ལ་བཞུགས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པར་གསུངས་  
སོ། །སངས་རྒྱས་དང་དབྱེར་མེད་པར་ལྟ་བའི་དགོས་པ་ནི་དོ་རྩེ་འཆང་དང་སྐྱེ་ལས་  
དང་པ་མཉམ་པར་བྱ་བ་དང་དོ་རྩེ་འཆང་གི་རྒྱལ་བཏན་པར་བྱ་བ་དང་ཆེགས་རྒྱུང་  
དུས་ཆོགས་བསགས་པས་སྐྱར་དུ་འབྱུང་བའི་དོན་དུ་ཡིན་པར་ཤུགས་པས་གསང་  
འདུས་གྱི་འབྲེལ་བར་གསུངས་སོ། །དོ་རྩེ་འཆང་ཉིད་སེམས་ཅན་ལ་པན་པའི་ཆེད་དུ་  
ཐ་མལ་པར་སྐྱེ་ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱི་གཞུགས་འཛིན་པར་གྱུར་གྱི་ལེ་ལུ་བཙུ་བ་  
ལས་གསུངས་ཏེ་རི་རྒྱུད་དུ། གང་ཉིད་དོ་རྩེ་སེམས་དཔལ་ཞེས། །དེ་ཉིད་སྟོབ་དཔོན་  
གཞུགས་སུ་འཛིན། །སེམས་ཅན་པན་གདགས་དམིགས་ནས་ནི། །ཐ་མལ་བ་ཡི་  
གཞུགས་སུ་གནས། །ཞེས་སོ། །སྐྱེ་ལས་རིགས་ལྡེའི་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་ཞིང་ཡོན་  
ཏན་སེམས་པའི་སྟོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་སྟོན་རྟོག་པའི་སྟོ་ལ་སྟོམ་སེམས་མང་དུ་བྱ་

སྟེ། ཡོན་ཏན་གང་ཡོད་ཀྱི་ངོས་ནས་བརྟགས་ན་རང་ལ་དངོས་གྲུབ་རྒྱས་པའི་རྒྱ་བྱེད་  
ལ་སྟོན་ཅུང་ཟད་རེ་ཡོད་པའི་ངོས་ནས་བརྟགས་ན་གདོན་མི་ཟ་བར་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་  
གོགས་སུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དོན་རྟེན་སྤྱིར་པོ་རྒྱན་གྱི་ལེའུ་བཅུ་བཞི་པ་  
ལས། ཏྲག་ཏུ་ཐ་མ་ལ་གྲུས་པའི། །སྟོབ་མས་ཐ་མ་འདི་ལྟར་བཟླ། །ཐ་མ་སངས་རྒྱས་  
ཀུན་དང་མཉམ། །དེ་ཉིད་ཏྲག་ཏུ་དོན་རྟེན་འཆང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་  
འབྱུང་། །དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་སྦྱིན། །དེ་ཡི་ཡོན་  
ཏན་ཐམས་ཅད་གཟུང་། །སྟོན་ཀུན་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་བསམ། །ཡོན་ཏན་གཟུང་ན་  
དངོས་གྲུབ་འཛོལ། །སྟོན་གྱིས་དངོས་གྲུབ་ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ་སྦྱ་  
འབྲུལ་བ་བར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །ཆེད་དུ་བྲས་ནས་སྟོན་ཏྲོག་པའི་སྟོ་ལ་  
སྟོམ་སེམས་མང་དུ་བསྟེན་ཞིང་དེ་ལས་འདས་ན་བཤགས་བསྟུམ་བྱེད་པ་དང་ཡོན་  
ཏན་གང་མཐོང་བའི་ཕྱོགས་སྟོས་ཡང་ཡང་འདྲིན་པ་འདི་ནི་ཐ་མ་ལ་དམིགས་པའི་  
དད་པ་སྦྱོང་ཐབས་ཟབ་མོའོ། །ཐ་མའི་སྦྱ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་བཟླ་ཚུལ་ཁྱད་  
པར་ཅན་ནི་དོན་རྟེན་མཁའ་འགྲོའི་སོ་གཉིས་པ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་  
སྦྱ། །ཡན་ལག་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སྟེ། །བ་སྦྱ་རྣམས་ནི་དག་བཅོམ་ཉིད། །སྦྱི་  
གཙུག་རིགས་ལྗེའི་སངས་རྒྱས་ཏེ། །འདི་གཞེན་པ་ནི་ཞབས་ཀྱི་གདན། །འོད་ཟེར་  
གཞོད་སྦྱིན་གསང་ལ་སོགས། །དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་ལུས། །རྣལ་འབྱོར་ཅན་  
གྱིས་ཏྲག་ཏུ་བཟླ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་གདན་བཞིའི་གསང་གདན་གྱི་རབ་བྱེད་དག་  
པོ་ལས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀུན་ནི་དོན་རྟེན་འཆང་སྟེ་  
ཐ་མའི་སྦྱ་ནི་དེར་བཟླའོ། །མིག་དང་ཡན་ལག་རྣམས་སའི་སྦྱིང་པོ་ལ་སོགས་པར་



བཏུང་། །བ་སྤྱ་རྣམས་དབྱ་བཅོམ་པ་བྱེ་བ་འབྲུམ་ཐུག་གི་རང་བཞིན་ནོ། །གདན་བཞི་  
ལས། དབྱ་རྒྱན་རིགས་ནི་ལྷ་ཉིད་དེ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་འགྲེལ་བ་རྣམས་སྤྱ་ཡང་དེ་  
ལྟར་བཀལ་བས་རིགས་ལྷ་ནི་དབྱ་རྒྱན་ནོ། །ཆངས་པ་དང་ལྷ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་ཞབས་འོག་གི་གདན་ནོ། །གནོད་སྦྱིན་ནི་ཡོངས་སྤྱ་བྲགས་པ་  
དང་གསང་བ་བྱི་ཟ་དང་སོགས་ཀྱི་སྤྱས་འབྱུང་པོ་ལ་སོགས་པ་གཟུང་ངོ་། །ཞེས་  
གདན་བཞིའི་འགྲེལ་བར་སྤྱ་བ་རྩ་བས་བཤད་དོ། །སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་གསང་བའི་རིས་  
གནོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྲན་བ་ཡེ་ཤེས་བྲགས་པས་གདན་  
བཞིའི་འགྲེལ་བར་བཤད་ལ་རྒྱ་དུ་ཆོག་ལ་བཏུས་ན་སྤྱ་མའི་སྤྱིའི་འོད་ཟེར་རྣམས་  
གསང་བ་གནོད་སྦྱིན་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་དུ་བཏུ་བ་འབྲུང་། །འདི་ནི་སྤྱ་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་རྒྱ་དུ་སྤྱེ་ནས་གསུངས་པའི་བྲད་པར་ཅན་ཞིག་གོ། །གཉིས་པ་གིས་མ་  
སོགས་ལའང་མ་གྲུས་པ་དགག་པ་ནི། མཆོད་རྟེན་བཞིག་འདྲའི་སྤྱིག་འཛིགས་  
པས། །གིབ་མའང་འགོམ་པར་མི་བྱ་ན། །ལྷ་མ་དང་སྦྱན་དང་བཞོན་པ་སོགས། །འགོམ་  
མི་བྱ་བ་སྒོས་ཅི་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཏེ། མཆོད་རྟེན་འཛིག་པ་ནི་ཉེ་བའི་མཆོན་མེད་  
དུ་གསུངས་ལ་སྤྱ་མའི་གིབ་མ་བརྩེ་བ་ཡང་དེ་དང་སྤྱིག་འདྲ་བས་སྤྱིག་པ་དེ་ལ་  
འཛིགས་པས་གིབ་མ་ལ་ཡང་འགོམ་པར་མི་བྱ་ན་ལྷ་མ་ལ་སོགས་པ་སྒོས་ཅི་དགོས།  
སྤྱ་འབྲུལ་བྱ་བའི་རིས་པར་བྱེ་བ་དང་པོ་ལས། དེ་ཡི་གིབ་མ་མི་འགོམ་སྟེ། །མཆོད་  
རྟེན་བཞིག་དང་འདྲ་བར་གསུངས། ཞེས་འདི་གཉིས་སྤྱིག་པ་མཉམ་པར་གསུངས་པ་  
ལྟར། དེ་རྗེ་སྦྱིང་པོ་རྒྱན་དང་དེ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་དང་གདན་བཞི་ལས་ཀྱང་གསུངས་

སོ། །དེ་དག་གི་ཉེས་དམིགས་ནི་གྲར་གྱི་ལེའུ་བརྒྱད་པ་ལས། སྒྲ་མའི་སྤྱག་ཉ་དང་  
 གྲིབ་མ་དང་། །བཅང་ལྷམ་སྟན་དང་སྤུས་རྣམས་ལ། །སྤོངས་ཆེན་གང་ཞིག་འགོ་མ་  
 གྲེད་ན། །དེས་ནི་མི་རྣམས་སྤྱ་གྲིར་ལྟར། །ཞེས་དང་དོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོའི་སོ་གཉིས་པ་  
 ལས་ཀྱང་། །སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་ནི་མལ་སྟན་དང་། །ལྷམ་དང་གདུགས་དང་ན་བཟའ་  
 སོགས། །ཉེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་དང་། །གྲིབ་མའམ་འགོ་མ་བར་མི་བྱ་  
 ཞིང་། །ཅོ་འཕྲི་བར་ནི་མི་བྱའོ། །ཁལ་ཉེ་བྱས་ན་དུས་ཀྱུན་ཏུ། །དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་གཟིར་  
 འགྱུར་ཞིང་། །དོན་ཉམས་དཔལ་ལས་རིང་དུ་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །མི་འགོ་མ་དུ་མི་རྩང་  
 བ་བྱུང་ན་འདུལ་བ་མདོའི་གནས་མལ་གྱི་གཞི་ལས། །དགོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་ཕྱག་  
 བདར་བྱས་པ་དང་ཞལ་ཞལ་བྱས་པ་དང་ངི་གཅོང་ཁང་དང་། །སྤྱ་གཟུགས་དང་།  
 མཆོད་རྟེན་དང་སྟོག་ཤིང་གི་གྲིབ་མ་ལ་གཙུག་ལག་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཏོན་  
 ཞིང་བགོ་མ་སོ། །ཞེས་པའི་རིགས་པ་བསྐྱེ་བར་བྱའོ། །སྤྲགས་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་ཉེས་  
 མེད་དུ་བྱ་ཚུལ་ནི་སྒོ་མ་བ་བསྐྱག་པའི་བཤད་པར་འཕྲི་བར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་  
 བཀའ་བསྐྱབ་པ་ནི། །སྒོ་བློས་ཆེན་པོས་དགའ་སེམས་ཀྱིས། །སྒྲ་མའི་བཀའ་ནི་འབད་  
 དེ་མཉན། །རིགས་པ་ཡིས་ནི་མི་རུས་ན། །མི་རུས་དེ་ལ་ཆོག་གིས་སྤྱང་། །སྒྲ་མ་  
 ལས་ནི་དངོས་བྱུང་དང་། །མཐོ་རིས་དང་ནི་བདེ་བ་འཕྲོག། །དེ་བས་འབད་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས། །སྒྲ་མའི་བཀའ་ལས་འདའ་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །སྒོ་བློས་ཆེན་པོ་  
 སྟེ་ཤེས་རབ་ཆེ་བའི་སྒོ་བ་མས་རང་གི་སྒྲ་མའི་བཀའ་སྟེ་བསྒོ་བ་ནི་འབད་པ་ཆེན་པོ་  
 བྱས་ཉེ་མཉན་ཅིང་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་མི་འདོད་བཞེན་དུ་མ་ཡིན་པར་ཤིན་ཏུ་

༡ །སྤྱ་འབྲུམ་པར་མར་གདུགས་ཞེས་ཟེས་འདུག།

དགའ་ཞིང་རངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱའོ། །འོན་ཏེ་མས་བསྐྱོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་  
དགོས་སམ་སྒྱུ་མ་ན། ཆོས་དང་ལྡན་པའི་བསྐྱོ་བ་ཡིན་ཡང་རང་གིས་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་  
མི་ལྟས་པ་ཡིན་ན་མི་ལྟས་པའི་བསྐྱོ་བ་དེ་ལ་མི་ལྟས་པའི་རྒྱ་མཆན་ལེགས་པར་བརྟེ་  
སྒྲོད་པའི་ཆོག་གིས་བཤད་སྐྱབ་བྱས་ནས་མ་བསྐྱབས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་  
བྱ་བ་དེ་རིགས་པ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱོ་ནས་བསྐྱབ་པར་ལྟས་པ་མིན་པར་མི་རིགས་པ་  
ཆོས་མི་ལྡན་གྱི་བསྐྱོ་བ་ཡིན་ནའང་སྤར་ལྟར་ཤད་སྐྱབ་བྱས་ལ་འཇུག་པར་མི་བྱ་སྟེ།  
དཔལ་གསང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་འོ་ཆོ་ག་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས་འཇམ་དཔལ་གྲགས་  
པས། མི་དགའི་ལས་སྤྱིར་ཆོག་དག་ལ། །གདས་པར་གསོལ་ཏེ་བཏང་སྟོམས་  
གཞག་ཅེས་གསུངས་སོ། །འདུལ་བ་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤྱན་བསྐྱོག་  
བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་སྤྱན་ལས་ཀྱང་། དགེ་བའི་ཆོས་ལ་  
དེ་དང་མཐུན་པར་སྒྲོད་ལ་མི་དགེ་བ་ལ་མི་མཐུན་པར་སྒྲོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་  
སྟོམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནན་གྱིས་  
བསྐྱལ་ན་དེ་ལ་ནི་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དེ་འོན་ཀྱང་དེ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་མ་དད་པ་  
དང་སྐྱོན་བརྗོད་པ་སོགས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་དོ། །དེ་འབྲ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱི་མའི་ཆོས་  
ལྡན་གྱི་བཀའ་བསྐྱོ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་འདའ་བར་མི་བྱ་བ་ལ་འབད་བ་ཅི་ཡོད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་འབད་དེ་དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྤྱན་མོང་གཉིས་དང་མཐོ་རིས་ལྷ་མའི་རྟེན་དང་  
དེ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་མ་ལས་འཛོལ་ལ་དེ་ཡང་སྤྱི་མའི་གསུང་  
ཉིད་སྒྲོབ་མ་ལ་བྱིན་རྒྱལས་འཇུག་པའི་སྤྱི་མའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་གནས་དེ་ལས་  
འགལ་བར་མི་བྱའོ། །ཆོགས་བཅད་བྱི་མ་འདི་སྤྱི་གསང་ཐིག་ལེ་ལས་བསྐྱས་

བའོ། །བཀའ་ལས་འདས་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི་གྲུང་གི་ལེའུ་བརྒྱད་པ་ལས། དེ་ཆེ་  
 དབང་བསྐྱར་མཆོག་ཐོབ་པའི། །སློབ་མའང་ཁྱ་མའི་བཀའ་འདས་ན། །འཛིག་ཉེན་  
 འདིར་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཞིང། །འཛིག་ཉེན་པ་རོལ་དཔུལ་བར་འགོ་ཞེས་སོ། །སླ་མ་  
 ལས་དངོས་བྱུང་བ་ཉེས་འབྱུང་ཚུལ་ཡང་གྲུང་གི་ལེའུ་བཙུང་པ་ལས། འགོ་བའི་  
 སྟོན་པ་སློབ་དཔོན་ཏེ། །སངས་རྒྱལ་གྱིས་བསྟོན་བྱས་པ། །བདག་ཅག་གི་ནི་པ་  
 དང་མར། །འདི་ལྟར་དེ་ནི་ཡིད་ལ་བསམ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་གསུགས་པ། དོ་རྩེ་སེམས་དང་སངས་རྒྱལ་དང། །དོ་རྩེ་ཆོས་དང་གཟེ་  
 བརྩེད་དང། །རྟ་ཡི་རྒྱལ་པོའི་དངོས་བྱུང་ནི། །གང་ཕྱིར་དེས་ནི་དཀའ་བ་མིན། །མིག་  
 སྟོན་དག་ནི་རྒྱུ་མཁྱོགས་དང། །རལ་གྱི་དང་ནི་ས་འོག་འབྲུག། །རི་ལུ་དང་ནི་མཁའ་  
 སྟོན་ཉིད། །མི་སྣང་བ་དང་བཅུད་ཀྱིས་ལེན། །གང་ཕྱིར་དེས་ནི་དོ་རྩེ་ཅན། །མཉེས་  
 བར་བྱས་པས་སྦྱར་བྱ་འཕྲོག། །དེ་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་མདུན་བྱོན་ནས། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་རྣམས་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་སོ། །བཞི་པ་སླ་མའི་རྣམས་དང་འཁོར་ལ་རི་  
 ལྟར་བྱ་བ་ནི། སླ་མའི་རྣམས་ནི་སྟོག་རི་བཞིན། །དེ་ཡི་སྤྲུག་བའང་སླ་མ་བཞིན། །སླ་  
 མའི་འཁོར་ནི་གཉེན་བཞིན་བྱ། །མཉེས་པར་བཞག་པས་རྟག་ཏུ་བསམ། །ཞེས་  
 གསུངས་ཏེ། །རང་གི་སྟོག་ལ་སངས་ཀྱི་བར་བལྟས་ནས་མི་ཉམས་པར་སྦྱོང་བ་རི་ལྟ་  
 བ་དེ་བཞིན་བྱ་སླ་མའི་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་བྱ་བའོ། །སླ་མ་ལ་གྲུས་པར་བྱ་བར་མ་  
 ཟད་སླ་མ་དེའི་སྤྲུག་པ་བྱ་དང་ཕྱག་རྒྱ་སོགས་ལའང་དེ་བཞིན་བྱ་གྲུས་པར་བྱ་ལ་སླ་  
 མའི་འཁོར་ཉེ་བར་གནས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་གཉེན་ལ་བརྟེན་བ་བཞིན་བྱ་བརྟེན་བར་བྱེད་

བ་ལ་མཉམ་བར་བཞག་བ་སྟེ་སེམས་ཅེ་གཅིག་བས་དུས་ཉག་ཏུ་བསམ་བར་  
བྱའོ། །ཐཱ་མ་འབྲལ་གྱི་ཀུན་སྒྲོང་དག་བར་བྱ་བ་ལ་གསུམ། མི་རིགས་པའི་ཀུན་སྒྲོང་  
དགག་པ། རིགས་པའི་ཀུན་སྒྲོང་བསྟེན་པ། །མི་རིགས་པའི་སྒྲོང་ལམ་འགོག་ཚུལ་  
གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཐོང་བའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། རོས་  
པའི་ཉེ་འཁོར་གྱི་བསྐྱབ་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། མལ་སྟན་འདུག་དང་སྟོན་འགོ་དང་། །གཙུག་  
ཉོར་དག་དང་བཅས་པ་དང་། །སྟན་ལ་རྒྱུ་འཛོག་རྒྱུ་པར་ནི། །ལག་བཞག་མཉེ་བར་  
མི་བྱའོ། །ཐཱ་མ་དག་ནི་ལངས་པ་ན། །ཉལ་དང་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །རྟག་ཏུ་དེ་ཡི་བྱ་  
བ་ལ། །ལྷང་མཁས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱ། །མཆིལ་མ་ལ་སོགས་འདོར་བ་  
དང་། །སྟན་ལ་རྒྱུ་པར་བྱུང་བ་དང་། །འཆག་དང་ཚོད་པར་སྐྱབ་དག །ཐཱ་མའི་མདུན་  
དུ་མི་བྱའོ། །ཡན་ལག་མཉེ་དང་གར་དག་དང་། །སྐྱ་དང་རོལ་མོ་མི་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་  
ཆོགས་བཅད་བྱེད་དང་བཞིས་བསྟན་འོ། །མལ་སྟན་ལ་འདུག་པ་ཐཱ་མའི་མདུན་དུ་མི་  
བྱའོ་ཞེས་སྐྱར་ཉེ་སྟན་ཅམ་ལ་འདུག་པ་ནི་མ་བཞག་གོ། །འགོ་བའི་ཆེ་ཐཱ་མའི་སྟོན་ཉེ་  
མདུན་དུ་འགོ་བར་མི་བྱ་སྟེ་དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་ལས། མདུན་འགོ་བ་དང་རྒྱུ་  
པ་བརྒྱུད་། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་མི་བྱའོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །གཙུག་ཉོར་དག་དང་བཅས་  
པ་ནི་ཐོད་བཅིང་བ་སྟེ་དེ་ཐཱ་མའི་མདུན་དུ་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་གྱི་  
ལེའུ་བཏུ་བཞི་བ་ལས། མགོ་ཐོད་བཅིང་དང་མཆོན་དབྱུག་པ། །ཐཱ་མའི་བྱང་དུ་མི་  
བྱའོ། །ཞེས་སོ། །སྟན་ལ་རྒྱུ་པར་འཛོག་ནི་གདན་ལ་“འཁོད”པའི་ཆེ་ཐཱ་མ་ལས་སྐྱར་  
གདན་སྟོང་དུ་འགོ་བ་དང་ཐཱ་མ་ས་སྟེ་པོ་ལ་གནས་པའི་ཆེ་རང་སྟན་ལ་གནས་པ་སྟེ་དེ་

མི་བྱའོ། རྟེན་པར་ནི། ལག་བཞག་མཉེ་བར་མི་བྱ་བ་ལ་ཆག་ལོས། ལག་བཞག་བྱང་  
དུ་མི་བྱའོ། །ཞེས་བསྐྱར་བ་བདེ་སྟེ་ཡན་ལག་མཉེ་བ་འགོག་པ་འོག་ཏུ་སྟོན་བས་  
སོ། །དེས་ན་རྟེན་པར་ལག་བ་གཉིས་བཞག་ནས་གྲུ་མོ་བསྐྱར་བསྐྱར་པོར་བྱེད་བ་ལྷ་  
མའི་བྱང་དུ་མི་བྱའོ། །ལྷ་མ་དག་ནི་ཞེས་སོགས་ལ་ཆག་འགྱུར་དུ། ལྷ་མ་དག་ནི་  
བཞུགས་བཞེངས་ན། ཉལ་དང་འདུག་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས། ལྷ་མ་  
བཞེངས་པའི་ཆེ་ཉལ་བ་དང་འདུག་པ་གཉིས་དང་བཞུགས་པའི་ཆེ་ཉལ་བར་མི་  
བྱའོ། །དུས་ཀྱི་ལྷ་མ་དེའི་བསྟེན་བཀྱར་བའི་བྱ་བ་ལ་ལྷང་མཁས་ཏེ་ལྷང་བ་ཡང་  
བ་དང་དེ་དག་སྐྱབ་པ་ལ་མཁས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱའོ། །མཆིལ་མ་དང་  
སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་སྐབས་དང་ལུད་པ་སོགས་འདོར་བ་དང་སྟན་ལ་འཁོད་པའི་  
ཆེ་རྟེན་པ་རྒྱུར་བ་དང་པན་ཚུན་དུ་འཆག་པ་”དང་། ཅོད་པར་སྐྱ་བ་སྟེ་ཁ་སྟོབས་  
འབྱེད་པ་རྣམས་ལྷ་མའི་སྐྱ་མདུན་དུ་མི་བྱའོ། །ཡན་ལག་ལག་བ་ལ་སོགས་པ་མཉེ་བ་  
དང་གར་དང་སྐྱ་དང་རོལ་མོ་རྣམས་ཆོགས་འཁོར་སོགས་ཀྱི་སྐབས་རྣམས་མ་  
གཏོགས་པ་ལྷ་མའི་བྱང་དུ་མི་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ་མང་པོ་  
རྣམས། རོས་པའི་ཉེ་འཁོར་དུ་མི་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། བྲེ་མོའི་གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ་  
མང་པོ་རྣམས་ལྷ་མ་དེས་རོས་པའི་ཉེ་འཁོར་དུ་མི་བྱའོ། །མཆིལ་མ་ཞེས་པ་ནས་ཉེ་  
འཁོར་དུ་མི་བྱ། ཞེས་པའི་བར་པལ་ཆེ་བ་ནི་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྩེད་བ་ལས་གསུངས་  
སོ། །དོན་རྩེད་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། རོ་བརྟུང་བ་དང་བཞུམ་ཆོག་དག་རོས་  
པའི་ཡུལ་ནས་མི་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་རིགས་པའི་ཀུན་སྦྱོར་བསྟེན་པ་ནི།

བཏུད་དེ་སྟན་ལས་ལྡང་བ་དང་། །གྲུས་པ་ཡིས་ནི་འདུག་པར་བྱ། །མཆན་ཚུ་འཛིགས་  
བཅས་ལས་དུ་ནི། །བསྟོ་བ་ཐོབ་ནས་མདུན་འགྲོ་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། །སྟན་ལས་ལྡང་  
བ་དང་འདུག་པ་ལ་གྲུས་པའི་སྟོད་ལས་གྲིས་བྱ་སྟེ་བཏུད་དེ་ཞེས་པ་ཡང་གྲུས་པའི་  
སྟོད་ལས་མོ། །མཆན་མོ་དང་ཚུ་བཀལ་བ་དང་འཛིགས་པ་ཡོད་པའི་ལས་དུ་འགྲོ་བའི་  
ཆེ་ནི་སྟོན་དུ་སོང་ཞིག་ཅེས་པའི་བསྟོ་བ་ཐཱ་མ་ཐཱ་ལས་ཐོབ་ནས་མདུན་དུ་འགྲོ་བར་  
བྱའོ། །འདི་ནི་སྟོན་འགྲོ་མི་བྱའོ་ཞེས་པའི་དམིགས་བསལ་ལོ། །དེ་ནི་རྡོ་རྗེ་སྟོང་པོ་  
རྒྱན་གྱི་རྒྱད་ལས། མཆན་མོ་དང་ནི་ཚུ་བཀལ་དང་། །གཙོང་རོང་དག་ཏུ་གནས་སྡུར་  
ན། །བཀའ་ལུང་གཉེར་དུ་དགྲུམ་པའི་ཕྱིར། །མདུན་དུ་འགྲོ་བ་ཉེས་མི་འབྱུང་། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་མི་རིགས་པའི་སྟོད་ལས་དགག་པ་གཞན་བསྟན་པ་ནི། །སྟོབ་  
དཔོན་གྱིས་མཐོང་མདུན་དུ་ནི། །སྟོ་དང་ལྡན་པས་ལུས་གཙུ་དང་། །ཀ་བ་ལ་སོགས་  
བརྟེན་མི་བྱ། །སོར་མོའི་ཆོགས་ནི་བགང་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། །སྟོབ་དཔོན་གྱི་  
མདུན་དུ་སྟོ་ལྡན་གྱི་སྟོབ་མས་ལུས་པན་ཚུན་དུ་གཙུ་བ་དང་ཀ་བ་དང་ཆིག་པ་སོགས་  
ལ་རྒྱབ་བརྟེན་པ་དང་སོར་མོའི་ཆོགས་བགང་བར་མི་བྱའོ། །སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས།  
ཆོགས་ཉེད་པ་དང་རྟེན་རྒྱུད་དང་། །ཞེས་འབྱུང་བས། ཆོགས་འཐེན་ཞིང་ཉེད་པ་མི་བྱ་  
བའི་དོན་ཏེ། །གཞུང་ཁ་ཅིག་ལས། །སོར་མོའི་ཆོགས་ནི་བྲང་མི་བྱ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དག་  
པར་སྒྲུང་ངོ། །དུག་པ་ལུས་དག་གིས་བསྟེན་བཀྲར་བའི་བྱད་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་  
ལས། །ལུས་གྲིས་བསྟེན་བཀྲར་བའི་བྱད་པར་ནི། །རྟེན་བཟུ་བ་དང་ལུས་བཟུ་  
དང་། །འིལ་དང་མཉེ་བ་ལ་སོགས་ལ། །དུག་ནི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་བྱ། །དེ་བཞིན་མཐར་  
ཡང་ཅི་བདེར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། །ཐཱ་མའི་ཞབས་ཉི་ཆེ་དང་སྟེ་ལུས་རིལ་པོ་རྩུས་

འཇུ་བ་དང་སྐྱ་ལ་བྲིལ་བྲིས་བྱེད་པ་དང་སྐྱ་མཉེ་ལ་སོགས་བྱེད་པ་ལ་བྲག་འཆལ་བ་  
སྡོན་དུ་འགོ་བ་སྟེ་སྡོན་དུ་བཏང་ནས་བྱ་ཞིང་སྡོན་དུ་བྲག་འཆལ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་  
དེ་དག་ཟིན་པའི་མཐར་ཡང་བྲག་བྱའོ། །དེ་ནས་ནི་རང་གི་བྱ་བ་ལ་ཅི་བདེར་འཇུག་  
པར་བྱའོ། །རག་གིས་བསྟེན་བཀྱར་བའི་བྱེད་པར་ནི། དེ་ཡི་མཆན་སྟོས་བརྗོད་ན་  
ནི། །མིང་མཐར་ཞལ་སྔ་ལྟན་པར་བྱ། །གཞན་དག་གྲུས་པར་བྱ་བའི་བྲིས། །བྱེད་པར་  
ཅན་གྱི་ཆོག་དག་བརྗོད། ཅེས་གསུངས་ཏེ། སྤྲ་མ་དེའི་མཆན་ནས་སྟོས་ཏེ་བརྗོད་  
དགོས་པ་བྱུང་ན་ནི་མིང་གི་མཐར་ཞལ་སྔ་ནས་ཞེས་པ་ལྟན་པར་བྲུས་ཏེ་བརྗོད་པར་  
བྱའོ། །དེ་ཙམ་དུ་ཟད་དམ་སྟུམ་ན། བྱེད་པར་ཅན་ཏེ་བཀྱར་བའི་ཆོག་གཞན་ཡང་  
བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ནི་གཞན་དག་སྤྲ་མ་ལ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྲིས་འོ། །དཔེར་ན་སྤྲ་  
མའི་མཆན་རིན་ཆེན་རྟོ་རྟེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་རྟེ་བཙུན་དམ་པ་རིན་ཆེན་རྟོ་རྟེའི་  
ཞལ་སྔ་ནས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །འདིས་མིག་འདེན་བྲུས་ནས་གཞན་དག་སྤྲ་མ་ལ་གྲུས་  
པར་འགྱུར་བའོ། །ཆག་ལོས། དེ་མཆན་མདོར་བརྗོད་གསུང་བྱ་མིན། །མཆན་མཐར་  
ཞལ་སྔ་ཡང་དག་ལྟན། །གཞན་ནམས་གྲུས་པར་བྱ་བའི་བྲིས། །བྱེད་པར་ཅན་གྱི་  
མཆན་ནམས་བརྗོད། །ཅེས་བསྐྱར་མོད་ཀྱི་འགྱུར་སྤྲ་མ་ལེགས་པར་མཐོང་  
ངོ། །བདུན་པ་ང་རྒྱལ་སྤང་བ་ལ་གསུམ། བསྟོ་བ་ཉན་པ་ལ་ང་རྒྱལ་སྤང་བ། ཆོས་ཉན་  
པ་སོགས་ལ་ང་རྒྱལ་སྤང་བ། གུན་སྟོད་སྟྲི་ལ་ང་རྒྱལ་སྤང་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། སྤྲ་མ་ལ་ནི་བཀའ་སྩལ་ཞུ། །བཀའ་བཞིན་བགྱིད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ། །ཐལ་མོ་  
སྤྱར་ཞིང་མ་ཡིངས་པར། །སྤྲ་མས་བསྟོ་བ་མཉན་པར་བྱ། །ཁྲོད་དང་ལུད་པ་ལ་  
སོགས་ལ། །ལག་པས་ཁ་ནི་དག་པར་བྱ། །བྱ་བ་ཟིན་ནས་འཇམ་པ་ཡི། །ཆོག་དག་



གིས་ནི་གདས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐཱ་མ་ལ་ཐོག་མར་བདག་གིས་གང་བཟུང་  
དགོས་པ་བཀའ་སྩལ་བར་བྱ། ཞེས་ཞུས་ལ་འདི་དང་འདི་གིས་ཞེས་ཐཱ་མས་བསྒྲོ་བ་ན་  
ལུས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཞིང་སེམས་གཞན་དུ་མ་ཡིངས་པར་མཉན་པར་བྱ། ཞིང་དག་  
རྫོགས་པའི་འོག་དུ་རི་ལྟར་བཀའ་སྩལ་བ་བཞིན་བཟུང་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་  
ནས་གང་གིས་གསུང་བའི་བྱ་བ་དེ་བསྐྱབས་ཐེན་ནས་ཤིན་དུ་འཇམ་པའི་ཆོག་དག་  
གིས་ནི་འདི་ལྟར་བཟུང་ལགས་ཞེས་གདས་པ་སྟེ་གོ་བར་བྱའོ། །བསྒྲོ་བ་ཉན་བ་དང་  
སྐབས་གཞན་དུ་ཡང་ལུད་པ་ལུ་བ་དང་། རྟོད་བ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་སྐལ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་ཆེ་མི་མངས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ལག་པས་ཁ་བཀའ་ལ་བྱའོ། །ཆག་  
ལོས། ཐཱ་མ་ཡིས་ནི་བཀའ་སྩལ་ལ། །བཀའ་སྩལ་ལགས་ཞེས་སྦྱར་དུ་བརྗོད། ཅས་  
བསྐྱར་བ་ནི་ད་ལྟར་ཡང་ལུལ་འགའ་ཞིག་ན་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་སྤང་མོད་ཀྱང་སྤ་མ་  
ལེགས་པར་རྟོགས་སོ། །རྟོ་རྟེ་སྤྱང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱད་ལས་ཀྱང་། དེ་བས་ཐཱ་མའི་ཞབས་  
བྱང་དུ། །བག་མ་བཞིན་དུ་རོ་ཆ་བསྐྱང་། །སྒོ་དང་རྟོད་པ་ལུད་པ་སོགས། །ཁ་ལ་ལག་  
པས་བཀའ་ནས་སྟ། །ཤིན་དུ་འཇམ་པར་སྤྱ་བར་བྱ། ཞེས་དང་། ལས་ནི་གང་དག་  
བྱེད་པའམ། །མཉན་པ་ལ་སོགས་འདོད་དེ་ལ། །གཟུང་ཕྱིར་ཐལ་མོ་མ་བཞིག་  
པར། །གནས་ནས་ལངས་ཏེ་མཐོང་ལུལ་དུ། །རྒྱབ་ཀྱིས་སྤོགས་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཞེས་  
གསུངས་ཤིང་ཐཱ་མས་མཐོང་བའི་ཉེ་འཁོར་འདས་འདས་སུ་རྒྱབ་བསྟན་ཏེ་མི་འགྲོ་  
བར་ཡང་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། མདུན་དུ་དུལ་བར་འདུག་པ་དང་། །གོས་  
སོགས་ཚུལ་ནི་བསྐྱམས་པ་དང་། །བྱས་བཅུགས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་ཡིས། །ཉན་སོགས་  
འདོད་པས་གསོལ་གསུམ་གདག། ཅས་གསུངས་ཏེ། ཆོས་ཉན་པར་འདོད་པའི་སྒོ་བ་

མས་ཆོས་དེ་ཞུ་བའི་དུས་སུ་གསོལ་བ་ལན་གསུམ་དུ་གདབ་བོ། །སྤྱོད་ལམ་ཅི་འདྲ་  
བས་ཤེས། སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་འགྲིད་བ་སྤངས་ཏེ་དུལ་བར་འདུག་པ་དང་གོས་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་བགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་ས་ཀུན་སྤྱོད་བག་མེད་དུ་མ་སོང་བར་བསྐྱམས་  
པ་དང་བྱས་མོས་ལ་བཙུགས་ཤིང་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་གསོལ་བ་གདབ་བོ། །སོགས་  
ཀྱི་སྒྲུལ་ནི་དབང་དང་སྤོམ་པ་ཞུ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གཟུང་སྟེ་ཉན་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་  
མཆོན་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཉན་པའོ། །གསུམ་པ་ནི། བསྟེན་  
བཀྱར་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཡིད་ནི་ང་རྒྱལ་མེད་པར་བྱ། །ངོ་ཆ་འཛིགས་ཤིང་  
བསྐྱམས་པ་ཡིས། །བག་མ་གསར་བའི་ཚུལ་གནས་བྱ། །སླེག་པ་ལ་སོགས་བྱ་བ་  
ཀུན། །སྟོན་པའི་མདུན་དུ་སྤང་བར་བྱ། །གཞན་ཡང་དེ་འདྲའི་བྱ་བ་ནི། །རང་གིས་  
བརྟགས་ལ་དོར་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་སྤང་བ་ཤད་པས་མཆོན་ནས་སྒྲ་མ་བསྟེན་  
བཀྱར་བའི་རང་གི་ཀུན་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་ང་རྒྱལ་དང་མ་འདྲེས་པར་བྱ་སྟེ་  
ཡུལ་དམ་པ་ལ་ང་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེས་ལྷི་བར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
ཏུ་ཕྱིན་པ་ལས་གསུངས་པས་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གུས་པས་  
འཛེམ་པའི་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་སྒྲ་མ་ལ་འཛིགས་ཤིང་ཀུན་སྤྱོད་ཤིན་ཏུ་བསྐྱམས་པའི་  
སྒྲོན་ས་བག་མ་གསར་བ་བཞིན་དུ་གནས་པར་བྱའོ། །སླེག་ཆོས་སུ་འགོ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་བྱ་བ་ཀུན་རང་ལ་ལམ་སྟོན་པའི་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་སྤང་བར་བྱ་ཞིང་དེ་  
ལས་གཞན་ཡང་ང་རྒྱལ་དང་སླེག་ཆོས་སུ་འགྱུར་བ་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་མི་  
རིགས་པའི་བྱ་བ་ཀུན་རང་གི་སྒྲོས་བརྟགས་ལ་འདི་མི་རུང་ངམ་སྟུམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དོར་བར་བྱའོ། །བརྒྱད་པ་རང་དབང་དུ་མི་འཇུག་པ་ལ་བཞི། །གཞན་དོན་ལ་འཇུག་

པའི་ཆ་གནང་བའོད་པ། ལྷགས་པ་ལས་བྱང་བའི་རྟེན་པ་བསྟམ་པ། ཐཱ་མའི་སྤྱན་སྲར་  
གཞན་གྱི་བསྟེན་བཀྱར་བདག་གིར་མི་བྱ་བ། ལུས་གྱི་སྤྱོད་ལམ་ཆེས་གྲས་པར་བྱེད་  
ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། རབ་གནས་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྱན་སྟེག་དང་། སློབ་མ་བསྐྱ་དང་  
འཆད་པ་རྣམས། །ཡུལ་དེར་ཐཱ་མ་གནས་པ་ནི། །རྗེས་མ་གནང་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། རབ་གནས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་ཏེ་དབང་བསྐྱར་བ་དང་སྤྱན་སྟེག་བྱེད་པ་  
དང་སློབ་མ་བསྐྱས་ནས་ཆོས་འཆད་པ་རྣམས་ལ་ཡུལ་དེ་ན་ཐཱ་མ་གནས་པ་ན་རྗེས་  
སྤྱ་གནང་བ་ལྷས་ལ་ཐཱ་མས་གནང་ན་བྱའི་མ་གནང་བར་མི་བྱའོ། །ཡུལ་དེར་ཐཱ་མ་  
མེད་ན་ནི་གནང་བ་ལྷ་མི་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། སྤྱན་འབྱེད་སོགས་ལ་ཅི་ཐོབ་  
པ། །དེ་ཀུན་ཐཱ་མ་དག་ལ་དབུལ། །དེ་ཡིས་བསྟམས་པ་སྤངས་ནས་ནི། །གཞན་དག་  
ལ་ནི་ཅི་བདེར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྤྱན་འབྱེད་ནི་རབ་གནས་གྱི་མིང་གི་རྣམ་  
གངས་ཏེ་དེ་དང་དབང་བསྐྱར་སོགས་བྱས་པ་ལས་བྱང་བའི་ཡོན་ཅི་ཐོབ་པ་ཀུན་རང་  
གི་ཐཱ་མ་ལ་དབུལ་ལོ། །ཆག་ལོས། དེ་ཡིས་དེ་ལ་འདོད་སྤངས་ནས། །ཞེས་བསྐྱར་བ་  
ལྟར་ཐཱ་མ་དེས་སློབ་མས་བསྟམས་པ་དེ་ལས་རང་གང་འདོད་པ་ཞིག་སྤངས་ནས་ལྷག་  
མ་གཞན་དག་ལ་ནི་སློབ་མས་ཅི་བདེར་འོངས་སྤྱད་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། ཐཱ་མའི་  
སློབ་མ་སློབ་མར་མིན། །སློབ་མའང་ཐཱ་མའི་མདུན་དུ་མིན། །བསྟེན་བཀྱར་དག་དང་  
ལྷང་བ་དང་། །ཕྱག་སོགས་བྱེད་པ་བརྒྱུག་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐཱ་མའི་སློབ་མ་  
རང་གི་སློབ་མར་བྱ་བ་མིན་ལ་རང་གི་སློབ་མ་ལའང་ཐཱ་མའི་མདུན་དུ་ཆོས་བསྟན་  
པར་བྱ་བ་མིན་ནོ། །ཐཱ་མའི་སློབ་མ་རང་གི་སློབ་མར་མི་བྱ་བ་ལ་པརྟེ་ཏ་ཁ་ཅིག་དེས་  
རང་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་ཀྱི་ཐཱ་མ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་ཆུང་དུ་འགོ་ན་སློབ་མར་མི་བྱ་བ་

ཡིན་ཞེས་རྟོག་ཞེས་པ་དོན་རྟོག་གསུང་ཡང་། གཞུང་དག་པ་རྣམས་ལས། སློབ་མཁའ་མ་  
མའི་མདུན་དུ་མིན་ཞེས་འདུག་གི་སྒྲ་ཡོད་པས་སྒྲ་མའི་སློབ་མ་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་སློབ་  
མར་མི་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །རང་གི་སློབ་མས་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་གོས་གཡོག་པ་  
སོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བཀྱར་དང་སྐྱེད་ལས་ལྡང་བ་དང་བྱུག་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པར་སྒྲ་  
ན་དེ་ལྟར་མ་བྱེད་ཅེས་བསྒྲིག་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། སློབ་དཔོན་ལ་ནི་གང་འབྲུལ་  
དང་། སྒྲ་མས་ཀྱང་ནི་གང་སྒྲུལ་བ། །དེ་ལ་བརྟུན་དེ་ལག་གཉིས་ཀྱིས། སློབ་དང་ལྟན་  
པས་སྒྲ་བར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། སློབ་དཔོན་ལ་ཡར་གང་འབྲུལ་བ་དེ་སློབ་དང་ལྟན་  
པའི་སློབ་མས་གྲུས་པས་བརྟུན་དེ་ལག་པ་གཉིས་ཀས་དབྱུལ་ཞིང་དེར་མ་བྱ་སྒྲ་མས་  
ཀྱང་རང་ལ་གང་སྒྲུལ་བ་དེ་ནི་བརྟུན་དེ་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲ་བར་བྱའོ། །ཆག་  
འབྲུར་ལས། དེ་ནི་བརྟུན་དེ་ལག་གཉིས་ཀྱིས། སློབ་དང་ལྟན་པས་དབྱུལ་ཞིང་སྒྲ་  
ཞེས་འབྲུར་བ་བདེའོ། །སྤྱི་བུ་ཅ་ནས། གང་ཞིག་བྱིན་པ་དེ་དང་དེ། བྱུག་བྱས་ནས་ནི་  
སྒྲ་བར་བྱ། ཞེས་བྱིན་པ་ལེན་པ་ལ་བྱུག་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་ཞར་བྱུར་  
གི་དོན་ནི། རྟན་པ་བརྟེན་མེད་ཀྱང་པ་དང་། རང་གི་ཀུན་སྨྱོད་ལ་བཙོན་པས། སྐྱེན་  
ཀྱི་རང་སྨྱོད་ལས་འདས་པ། །དག་འཕས་པས་པན་ཚུན་བསྒྲིག་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
རང་གི་དམ་ཆོག་རྣམས་ལ་རྟན་པ་བརྟེན་པ་མེད་པ་ནི་མཆོན་པ་སྟེ་དེ་དང་ཤེས་  
བཞིན་མ་ཉམས་པར་གྱུར་པ་ཡིས་རང་གི་ཀུན་སྨྱོད་དོན་རྟོག་འཆང་གི་བཅས་པ་རྣམས་  
ལ་བཙོན་པར་བྱས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་ཏེ་སྒྲ་མ་གཅིག་པའི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་  
ཀུན་སྨྱོད་བཅས་མཆོམས་ལས་འདས་པ་རྣམས་ཀྱང་བསྒྲིག་ནས་བཅས་པ་དང་མི་  
འགལ་བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་དག་འཕས་པའི་བསམ་པས་པན་ཚུན་ཏེ་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་

ཆོས་ཀྱི་གྲོགས་བྱའོ། །ཆག་ལོས། དན་པ་བཟེད་མེད་ཐུང་པ་ཡིས། ཞེས་བསྐྱར་  
རོ། །འདི་ནི་ཐཱ་མ་ལ་རི་ལྟར་སྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་ཞར་ལ་གྲོགས་ལ་རི་ལྟར་བྱ་བ་  
བསྐྱར་བའོ། །གཉིས་པ་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་ནི། ན་བས་ཐཱ་མའི་བྱ་བ་ལ། །བཏུང་  
དེ་རྗེས་མ་གནང་བ་ཡང་། །བཀག་པ་རྣམས་ནི་སྤྱད་བྱས་ཀྱང་། །དག་སེམས་ཅན་ལ་  
སྤྲིག་མི་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདིས་ནད་པ་ལ་ཉེས་མེད་དུ་འགྲོ་ཚུལ་སྟོན་  
ནོ། །དེ་ནི་ཐཱ་མ་ལ་བརྟམ་པ་དང་སྟོད་པ་དང་ཐུགས་དཀྱག་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱེན་  
ལ་སྟོས་ནས་གནང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། མལ་སྟན་འདུག་དང་སྟོན་འགྲོ་དང་། ཞེས་  
བ་ལྟ་བུའི་བཅས་པ་རྒྱུད་བའི་ཉེས་པ་འགའ་ཞིག་ནད་པ་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱེན་ལ་སྟོས་ནས་  
གནང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ནད་པས་ཐཱ་མའི་བསྟེན་བཀུར་བ་བསྐྱབ་པའི་བྱ་བ་རྣམས་  
ལ་བཏུང་དེ་ཞེས་པ་གྲུས་པས་སྐྱབ་པར་འདོད་ནའང་ནད་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱབ་པར་མ་  
བྱས་པ་དང་ཐཱ་མའི་མདུན་དུ་མལ་སྟན་ལ་འདུག་པ་ལྟ་བུ་མིན་པའི་ཆེ་བཀག་པ་  
རྣམས་ནི་སྤྱད་པར་བྱས་ཀྱང་། །འིན་ཏུ་དག་བའི་སེམས་དང་ལྡན་པ་ལ་བཅས་པའི་  
སྤྲིག་སྟེ་ལྟང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་དེ་དག་ལ་ཐཱ་མ་ལ་གནང་བ་ཞུ་དགོས་སམ་སྟུམ་  
ན། དེའི་ཆེ་རྗེས་སུ་མ་གནང་བར་ཡང་ཞུགས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པས་གནང་བ་  
གསོལ་མི་དགོས་སོ། །ཆག་ལོས། ན་དང་ཐཱ་མའི་བྱ་བ་ལ། །བཏུང་དེ་རྗེས་སུ་གནང་  
བ་ཡིས། །བཀག་པ་རྣམས་ནི་སྤྱད་བྱས་ཀྱང་། །དག་སེམས་ཅན་ལ་ལྟང་མེད་འགྱུར།  
ཞེས་བསྐྱར་བ་ལྟར་ན་ནད་པ་མིན་ཡང་བཅས་པ་རྒྱུད་པའི་རིགས་འགའ་ཞིག་ལ་ཐཱ་  
མས་རྗེས་སུ་གནང་ནའང་ཉེས་མེད་དུ་འགྱུར་བར་སྟོན་བའོ། །ཉེས་མེད་དུ་འགྲོ་ཚུལ་  
རྒྱས་བར་ནི་སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། ན་དང་དབང་ཉམས་བྱ་བ་དང་། །གཞན་གྱི་དོན་དང་

དོན་ཆེན་དང་། རྒྱུ་མེད་བསྟན་པ་དགོས་ལྡན་དང་། རྒྱས་པ་རྙེད་དང་གནང་བ་  
དང་། བཀའ་བསྒྲོ་བ་དང་བར་ཆད་ལས། ཉེས་པ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་  
གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་བསྟན་ཚུལ་གྱི་དོན་བསྟུ་བ་ནི། འདིར་མང་སྤྱི་བ་ཅི་ཞིག་  
དགོས། ལྷ་མ་དགེས་བྱེད་གང་ཡིན་བྱ། ལི་མཉེས་བྱེད་ཀྱན་སྦང་བ་ནི། རྟེན་དང་དེ་  
ལ་འབད་དེ་བྱ། རྟོན་གྲུབ་སྟོབ་དཔོན་རྗེས་འབྲང་ཞེས། རྟོན་རྗེ་འཇིན་པ་ཉིད་གསུང་  
བར། ཤེས་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། ལྷ་མ་ཡོངས་སུ་མཉེས་པར་བྱ། ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། ལྷ་མ་བསྟན་པའི་སྐབས་འདིར་མང་པོ་སྤྱི་ཅི་ཞིག་དགོས་ཏེ་ལྷ་མ་བསྟན་  
པའི་གནད་བསྟུ་པ་གཟུང་བར་བྱའོ། རྟེན་ལྷ་མ་དགེས་བྱེད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་  
པར་བྱས་ནས་སྤྱི་བ་པ་དེ་དང་མི་མཉེས་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་  
སྟོང་བ་དེ་ལ་ནི་འབད་དེ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། རྟེན་ལྷ་མ་ཡང་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་  
རྟོན་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཉེས་པར་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་སྟེ་རྗེས་སུ་འཕྲོ་ལྷོག་བྱེད་དོ་  
ཞེས་རྟོན་རྗེ་འཇིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པས་དེ་ཤེས་ནས་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་དངོས་པོ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལྷ་མ་རྟོན་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཉེས་པར་བྱའོ། རྟོན་རྗེ་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱད་  
ལས་ཀྱང་། དེ་བས་ཐབས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། རྟོན་རྗེ་འཇིན་པ་ལྷ་མ་མཆོག་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པས་མཉེས་པར་བྱ། རྟེན་མཉེས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཉེས། ཞེས་  
སོ། །གཉིས་པ་བསྟན་ཚུལ་བཤད་པའི་དུས་ནི། བསམ་པ་དག་པའི་སྟོབ་མ་  
ནི། རྟོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སོང་ལ། ལྷ་མའི་རྗེས་སུ་འབྲུག་པ་འདི། ལྷ་  
ཉོན་བྱ་བར་སྦྱིན་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྦྱིན་པར་བྱ་ཞེས་བཤད་གཞིར་  
བྱའོ། གང་སྦྱིན་ན་རང་དབང་དོར་ནས་ལྷ་མའི་རྗེས་སུ་འབྲུག་པའི་བསྟན་ཚུལ་གྱི་

གཞུང་འདིའོ། ཅི་ཞིག་གི་དོན་དུ་སྤྱིན་ཞེ་ན། ཁ་ཏོན་བྱ་བར་སྤྱིན་པ་སྟེ་གཞུང་འདིའི་  
ཆོག་མེ་བརྟེན་པར་ཡང་ཡང་འདོན་པ་དང་དོན་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེ་དག་ལ་  
བན་ཤེས་བསྟེན་ཏེ་འཇུག་སྟོག་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྤྱིན་ནོ། །གང་ལ་སྤྱིན་  
ན་སློབ་མ་ལ་ནིའོ། །སློབ་མ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་སྟམ་ན། ཁྱད་པར་གཉིས་དང་ལྷན་པ་སྟེ་  
དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་  
སུ་སོང་བ་སྟེ་སྐྱབས་འགོ་སྟུན་སོང་མ་ཡིན་པའི་སློབ་པ་དང་ལྷན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི།  
བསམ་པ་དག་པ་སྟེ་སློན་པ་དང་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པ་གཉིས་ཚུལ་  
བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པའོ། །འདིས་ནི་སྟགས་དང་པར་ཕྱིན་གྱི་ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟུན་སོང་  
པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སློ་ལེགས་པར་སྦྱངས་པ་ལ་གཞུང་འདི་འཆད་བར་བསྟན་  
ནོ། །སྐྱབས་འགོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་མཐའ་དག་པར་སློབ་ཚུལ་  
ནི་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པར་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་ཐེན་ནོ། །འདིའི་  
འོག་ནས། དེ་ནས་སྟགས་སོགས་ཕྱིན་པ་ཡིས། །དམ་ཆོས་སྟོན་དུ་བྱས་ནས་སུ། །

ཞེས་སློབ་པའི་བསྟེན་ཚུལ་བསྐྱབས་པའི་རྩིས་དེ་ནས་སྟགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་སྟོན་  
དུ་བྱེད་པར་གསུངས་པས་ལམ་སྟུན་སོང་བ་ལ་སྦྱངས་ཏེ་སྟགས་ཀྱི་“སྟོར”འཇུག་  
འདོད་པ་ན་དོ་རྩིས་དཔོན་དོ་རྩིས་མས་འདི་ལྟར་བསྟེན་དགོས་སོ་ཞེས་འཆད་པ་  
ནི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སློབ་ཆེན་འཕྲོག་མི་སྟོན་གྱི་སྐབས་སུ་  
སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་པའི་ཕྱི་དེ་ཉིན་དངོས་གཞིའི་གོང་དུ་ལྷ་བཙུ་བ་འཆད་  
པར་བཞེད་ཀྱང་། མལ་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ལམ་སྟུན་སོང་བ་ལ་སྦྱངས་ནས་སྟགས་ཀྱི་དཔོན་

སྒོ་བ་བྱེད་འདོད་པ་མ་གྲུས་པའི་གོང་དུ་གཞུང་འདི་འཆད་པ་རྒྱ་རྩོམ་པའི་བཞེད་པ་ཡིན་  
གསུང་བ་ལེགས་སོ། །གཞུང་འདིས་སྒོ་བ་མ་བཤི་བའི་རིམ་པ་འདི་ནི་སྒྲིབ་བསྐྱུས་  
དང་མ་ཐུན་ལ་གནད་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྒྲེ་ལམ་རིམ་དུ་བདག་གིས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གལ་  
ཏེ་སྒྲགས་ཀྱི་དབང་མ་བསྐྱར་བའི་སྒྲིན་དུ་ལྷ་བཙུ་བ་འཆད་པ་མི་རིགས་ཏེ་གསང་བ་  
སྒོག་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། གཞུང་འདིར་སྒྲགས་ཀྱི་  
ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཆོས་སྐད་ཤིན་ཏུ་ཅུང་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་དང་དེ་དག་གི་བཤད་པ་  
རྣམས་ཀྱང་མདོར་བསྐྱུས་པའི་མི་གསལ་བ་ཅམ་ལས་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་གཞན་ཡང་  
དཔེར་ན་སྒོ་བ་མས་ཐོག་མར་དབང་བསྐྱར་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་དུས་སུ་ཡོ་བྱད་  
མ་འཆོགས་ན་དེ་ལ་བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་དུ་ལྷ་འི་བསྒོམ་བསྐྱུས་འགའ་ཞིག་དབང་མ་  
བསྐྱར་བའི་སྒྲིན་དུ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་གསང་སྒོག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་དང་འབྲ་བར་  
འདིར་ཡང་ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་སྐྱུངས་ནས་སྒྲགས་ལ་འཇུག་འདོད་པའི་ཐོག་མར་  
བྱེད་ཀྱི་སུ་རུང་རུང་ལ་མི་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་རྩོམ་མཁའ་འགྲོའི་རིམ་པར་བྱེ་བ་ཞེ་བྱག་  
པ་ལས། སྒོ་བ་མ་ཡི་ནི་རྒྱུ་མཐིལ་དུ། །གཞུ་འབྲའི་རྒྱུ་གི་དཀྱིལ་འཁོར་བསམ། །ལྷ་  
བར་ཡེ་ཤེས་མེ་འབར་བ། །དེ་ཡི་འོད་ཟེར་སྙིང་ཁར་འབར། །འབར་བས་ཀྱན་ནས་  
“འཁྲིགས།”པར་བསྒོམ། །འི་ལས་རྒྱུང་བའི་མི་སྒྲུག་གཟུགས། །སྤྲིག་ནི་སྣ་ཡི་སྒོ་  
ནས་དབྱུང་། །དེ་ནས་ཁོ་ཐོའི་གཟུགས་བསྒོམས་ལ། །དེས་ནི་ཀྱན་ནས་ཟ་བར་  
བསྒོམ། །ཞེས་དང་། བསྐྱུ་བྱ་ལྷ་གཟུགས་བསྐྱེད་ནས་ནི། །བསྐྱུང་བ་དག་ནི་དགོད་  
པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལྷ་ནི་ཀྱན་ཏུ་བཟང་“སོ་སྤྲེད་འི་གཟུགས་སུ་བསྐྱེད་པར་

༡ འཁྲིགས

༢ བ



གཞུང་མང་པོ་ནས་གསུངས་སོ། །སྒྲོབ་མ་ལ་མི་སྤྱ་བར་སྒྲོབ་དཔོན་རང་གིས་  
དམིགས་པ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡང་མིན་ཏེ་དགྲིལ་ཚོགས་ཀྱི་ཐེངས་པ་ལས། འབྲིལ་བའི་  
སྤྲུག་གྲང་བསྐྱས་པའི་ཆེད་དུ་འདི་ལ་སྦྱིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོབ་མ་དེ་ཉིད་ལ་བསྐྱས་པའི་  
སྤྲུག་གྲང་སྟེར་བར་གསུངས་ཤིང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཙུ་བ་ལས་གྲང་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་  
ཕྱིར་དཔོན་སྒྲོབ་གཉིས་ཀས་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་སྦྱིར་ཐེག་པ་གང་གི་སྒྲོར་  
འབྲུག་གྲང་ཐོག་མར་སྐྱ་མའི་བསྟེན་ཚུལ་གཤམ་ཆེ་བར་མང་དུ་གསུངས་ལ་ཁྱད་པར་  
དུ་དོན་ཐེག་པ་བ་རྣམས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱ་མའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པར་རྒྱུད་  
དུ་མ་ལས་ནན་ཏན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གསུངས་པས་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ནི་དོན་ཐེག་སྒྲོབ་དཔོན་  
ལ་བསྟེན་ཚུལ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་དམིགས་པ་སྤྱན་རེ་ཅན་གྱི་སྐྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་  
ནི་བསྐྱབ་བྱ་འདི་རྣམས་མི་ཤེས་པས་གཞུང་འདིའི་དོན་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ལ་འབད་  
བ་ཆེན་པོ་བྱའོ། །ཤེས་པར་བྱས་ནས་གྲང་དོན་ཐེག་འཆང་གི་བཅས་མཆོམས་རྣམས་ལ་  
བན་ཤེས་བསྟེན་ནས་བསྐྱང་བ་ལ་འབད་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཉེས་པ་དེ་རྣམས་  
རྗེ་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་ཞིང་བཅས་མཆོམས་ལས་འདས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་འགྲོད་པ་སྦྱེས་  
ནས་ཕྱིར་འཆོས་པར་འདོད་པ་འབྱུང་བས་ཆེ་འདི་འཕ་སྦྱེ་བ་གཞན་དུ་རིང་པོར་མི་  
ཐོགས་པར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་ལ་མཁས་ཤིང་མཁས་པ་ལྟར་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་  
རུས་པ་གཞོན་རུ་ཞོར་བཟང་དང་དཔའ་བོ་རྟག་ཏུ་དུ་ལྟ་བུར་འགྱུར་ལ། འདི་དག་  
ཤེས་པར་མ་བྱས་པའཕ་ཤེས་གྲང་སྐྱང་བའི་གོ་ཆ་མ་བཟུང་ན་འབྱུང་ཉེ་ལ་གྲངས་  
མང་བའི་ཉེས་པ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་གོས་པར་འགྱུར་ཞིང་ཆེ་རབས་མང་པོར་  
ཡང་བཅས་པ་དེ་དག་ལ་སྒྲོབ་རུས་པར་མི་འགྱུར་བས་ཤེས་རབ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་

གཞུང་འདི་སྐྱེ་མའི་རྣམ་པ་འབྱོར་གྱི་གདམས་པའི་མཆོག་ཏུ་ཤེས་པར་གྱིས་  
ཤིག་། གསུམ་པ་བཤད་ནས་སྒྲོང་རུང་དུ་རྩི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། དེ་ནས་སྒྲགས་སོགས་  
བྱིན་པ་ཡིས། རྩམ་ཆོས་སྒྲོང་དུ་བྱས་ནས་སྤྱ། རྩམ་པའི་ལྷུང་བ་བཅུ་བཞི་ནི། བསྐྱུ་  
དང་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐུན་མོང་གི་ལམ་རིམ་ལ་སྤྱངས་ཤིང་སྐྱེ་  
མའི་བསྐྱེན་ཚུ་ལ་ལ་བསྐྱབས་པའི་རྩིས་དེ་ནས་སྒྲོབ་མ་དེའི་རྒྱུད་སྒྲོང་རུང་དུ་  
བྱའོ། གང་གི་སྒྲོང་དུ་རུང་བར་བྱ་སྐྱེ་ན། དམ་པ་ནི་སངས་རྒྱུས་རྣམས་སོ། ཆོས་  
ནི་དེས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་རྩིས་བྱེད་རྒྱུ་སྤྱེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་དང་བརྩོན་བྱ་  
ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་སྤྱེ་དེ་དག་ཉན་པ་དང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོང་དུ་བྱའོ། ཐབས་  
གང་གིས་སྒྲོང་དུ་བྱ་སྐྱེ་ན། སྒྲགས་སོགས་ཞེས་པ་ལ་དམ་ཆོག་གི་ཆོག་ཀུན་ལས་  
བརྟུས་པར། དེ་ནས་གསང་སྒྲགས་བྱིན་པ་ཡིས། ཞེས་འབྱུང་བས་གསང་ཞིང་སྤྱས་  
པས་འབྱུང་བ་དང་སྒྲོང་མིན་གྱི་ཡུལ་མིན་པས་ན་གསང་བའོ། སྒྲགས་ནི་དེའི་རྒྱུད་  
དོད་མཆུ་ལ་མ་ན་ཡིད་དང་ཁ་ལ་སྒྲོབ་པ་སྤྱེ་ཡིད་སྒྲོབ་པས་ན་སྒྲགས་ཏེ་འདུས་པའི་  
ལེའུ་བཙོ་བརྒྱུད་པ་ལས། དབང་པོ་དང་ནི་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི། རྒྱེན་གྱིས་གང་དང་གང་  
རྒྱུད་ཡིད། ཡིད་དེ་མན་ཞེས་བྱ་བར་བཤད། ཁ་ནི་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པའི་དོན། ཞེས་  
གསུངས་སོ། ཡིད་སྒྲོབ་པ་ལ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ནི་དབང་བསྐྱར་ནས་  
ཡིད་སྒྲོབ་པ་ལ་བྱེད་དགོས་པས་དེ་བྱིན་པ་ཡི་སྒྲོན་སྒྲོང་དུ་བྱས་པའོ། ཡིད་གང་  
ལས་སྒྲོབ་པ་ནི། རན་འགོ་དང་སྤྱིད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་བསྐྱར་  
བས་ན་སྒྲོབ་པའོ། ཞེས་ཤུན་པས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དེ་ལྟར་སྒྲོང་རུང་དུ་བྱས་  
ནས་དེ་ནས་ཅི་ཞིག་ཐོག་མར་བྱ་ཞེ་ན། ཐོག་མར་བྱ་བ་ནི་དབང་བསྐྱར་བའི་དུས་སུ་

ཐོབ་པའི་དམ་ཆེག་དང་སྒྲོམ་པ་མ་ཉམས་པར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ་སྒྲོམ་པ་  
བཏང་ན་དངོས་གྲུབ་འཕོབ་པའི་རྩ་ཆད་པར་འགྱུར་བས་དེ་ནས་ལམ་བསྐྱོམ་པ་དང་  
རྒྱད་འཆད་ཉན་སོགས་བྱེད་པའི་སྤང་མེད་པའི་ཐོག་བྱེད་འདོད་པ་དང་འབྲེལ། དེས་  
ན་དབང་བསྐྱར་བ་བྱས་པའི་མཚུགས་སྟེ་སྤྱད་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་མཆམས་  
དེས་ནས་བསྐྱར་བ་དགོས་པས་སྒྲགས་གྱི་སྒྲོམ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་སྒྲུ་མས་བཞད་  
ནས་སྒྲོབ་མས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ་དབང་མ་བསྐྱར་བའི་སྤྱོད་པ་ཉུ་སྒྲགས་གྱི་  
བསྐྱབ་བྱ་ཆད་པར་ཉན་ཏུ་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ། །བསྐྱབ་བྱ་མང་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲོམ་པ་  
གཙོད་པའི་རྒྱ་རྒྱར་རྣམས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བས་རྩ་བའི་ལྷང་བ་བཙུ་བཞི་པའི་  
ཆེག་པ་ཉུ་བསྐྱབ་པ་དང་དོན་ཡིད་ལ་འཛིན་པ་ཉིད་ཏུ་བྱས་ཏེ། རྩ་ལྷང་གིས་མ་གོས་  
པ་ལ་ཆེས་ཆེར་འབད་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་དཔེར་ན་སྤྱོད་འཇུག་ལས། ཉམས་མཁའི་  
སྤྱང་པའི་མདོ་སྟེ་ནི། ཐོག་མ་ཉིད་ཏུ་བལྟ་བར་བྱ། ཞེས་རྩ་ལྷང་རྣམས་དེ་ལས་བསྐྱར་  
པས་བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བས་དེ་ཐོག་མར་བལྟ་དགོས་པར་གསུངས་པ་  
དང་འབྲེལ་སྟེ་བསྐྱབ་བྱ་གཞན་ལ་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ན་སྒྲུ་ན་མེད་  
པའི་ཐོག་པ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྒྲོབ་པར་འདོད་པ་དག་ཀྱང་དབང་བསྐྱར་བ་ཐོབ་པའི་  
འོག་ཏུ་ཐོག་མར་རྩ་ལྷང་བཙུ་བཞི་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱར་མཆམས་ཤེས་པར་བྱས་  
ནས་མི་སྤྱང་པར་ལམ་བསྐྱོམ་པ་དང་རྒྱད་བཞད་ཉན་བྱེད་པ་རྒྱད་བྱེད་པ་ནི་དོན་ཐོག་  
པའི་ཚུལ་ལས་རྣམ་པར་འབྱམས་པ་ཡིན་པས་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་བདག་གིས་  
ནི་དབང་ཐོབ་ནས་དམ་ཆེག་དང་སྒྲོམ་པ་བསྐྱར་བ་གཞིར་བྱས་ཏེ་སྒྲགས་ལ་ཐོས་  
བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་བྱའོ། །གསུམ་པ་བཞད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྲུ་

མའི་རྗེས་འབྲུག་སློབ་མ་ནི། །མ་ལུས་བན་སྐྱེད་སྐྱོན་མེད་འདི་བྱས་པའི། །དགེ་བ་  
མཐའ་ཡས་བདག་གིས་གང་བསགས་པ། །དེས་ནི་འགྲོ་བ་སྤྱར་དུ་རྒྱལ་སྤྱར་  
ཅིག །ཅེས་གསུངས་ཏེ། །ལྷ་བརྟུ་བ་འདི་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མཐའ་  
ཡས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལ་དམིགས་ནས་བྱས་བ་སྟེ་བརྟུ་བ་པའི་དགེ་བ་མཐའ་ཡས་བ་  
རྩ་བེ་ལྷ་བདག་གིས་གང་བསགས་པ་དེས་ནི། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱར་དུ་རྒྱལ་བའི་  
གོ་འཕང་ཐོབ་པར་སྤྱར་ཅིག །ཅེས་གཞུང་བརྟུ་བ་པའི་དཔལ་བ་ལས་སྤྱར་བའི་བསོད་  
ནམས་མི་ཐད་ཅིང་སྟེལ་བའི་བྱིར་དུ་བསྡོ་བའོ། །ལྷ་བརྟུ་བ་ཇི་འདྲ་བ་ཞེན། སྤར་  
བཤད་པ་དེ་ལྟར་རང་དབང་དོར་ནས་སྒྲ་མའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འབྲུག་པའི་སློབ་མ་  
ལ་ནི་འབྲལ་དང་ཡུན་དུ་པན་བ་མ་ལུས་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་མ་བཤད་ལོག་བཤད་  
ཏེ་ཅང་བཤད་པའི་སྐྱོན་རྟུ་བ་མེད་པ་སྟེ་དེ་དག་དང་བྲལ་བའོ། །ཁྱུང་པར་འཕགས་  
བསྟོད་ལས། བསོད་ནས་བྱས་པའི་ཆོགས་དག་ནི། །སེམས་ཅན་རྟུ་བ་ལ་ཡོངས་  
བསྡོ་བ། །བཅོམ་ལྷན་ཁྱོད་ཀྱིས་གང་གསུངས་པ། །དེ་གཞན་བསྟན་བཅོས་ལས་མ་  
བཤད། ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་གཞུང་བརྟུ་བ་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་  
ལ་བསྡོ་བ་འདི་ནི་བྱི་རོལ་བ་ལ་མེད་པས་སྤུབ་པའི་བསྟན་པའི་ཁྱུང་ཆོས་སུ་གྱུར་པའི་  
ཐབས་མཁས་ཆེན་པོའོ། །

ས་གཟུམ་འདྲེན་པའི་ལེགས་པར་བཤད་པ་ལས། རི་བཞིན་བརྟུས་པའི་སྒྲ་  
མ་ལྟ་བུ་ལ། །གྲུས་ལྟན་སྟོབ་མའི་ཡིད་ལ་རེ་བའི་དཔལ། །ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་  
སྟོང་བའི་གཞུང་མཆོག་འདི། །ཐབ་མོའི་རྒྱད་དང་དེ་ལ་རིང་མོ་ནས། །སྤངས་པས་  
མཁས་པའི་ཤོ་འཕང་མཆོག་བརྟེན་པའི། །གཞུང་མང་བལྟས་ནས་ཤིན་ཏུ་གསལ་

བར་ནི། །དམ་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པས་ལེགས་པར་བཤད། །གང་དེ་བཤེས་  
གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་མི་མཁས་ཤིང་། །ཅུང་ཟད་ཤེས་ཀྱང་དེ་དོན་བསྐྱེད་པ་ཡི། །བཙོན་  
པ་ཆེན་པོས་རྣམ་པར་དམན་པ་ཡིས། །སྒྲོ་གསུམ་བག་མེད་དབང་དུ་སོང་གུར་  
པ། །བདག་དང་བདག་འདྲ་འགའ་ཡི་ཡིད་ལ་ནི། །ལམ་བཟང་འདི་ལ་གོམས་པ་བསྐྱེད་  
ཕྱིར་ཡིན། །འདི་ལས་བྱུང་བའི་རབ་འབྱམས་དག་ཆོགས་ཀྱང་། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་  
བའི་ཉེར་འཛོའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །དེས་ནི་པན་འདོགས་ཞིང་གི་མཆོག་གུར་པ། །བཤེས་  
གཉེན་རྣམས་ལ་ལོག་པར་བསྐྱེད་པས་པའི་ལས། །ཐོག་མ་མེད་ནས་བགྱིས་དང་བགྱིད་  
སྒུལ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བགྱིས་པར་གྱུར་པའི་ལས། །སྦྱེ་བོ་འདི་ཡིས་གང་དང་  
གང་བསགས་པ། །མ་ལུས་སྒྱུར་དུ་བྱང་ནས་དམ་པའི་མགོན། །ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་  
ལ་དཔའ་ཞིང་རྒྱལ་པོད་པའི། །རྟག་རྒྱ་རུ་དང་ནོར་བཟང་འདྲ་བར་ཤོག །

ཅེས་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྣ་ལྷན་མཇུག་པའི་ཐཱ་མ་ཐཱ་བཙུ་པ་  
རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བསྐྱ་ཀ་ར་ཨམ་དང་། །ཁུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དག་སྒོར་རིན་ཆེན་  
བཟང་པོས་རྒྱ་སྐད་ལས་བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཞིང་ཆོག་དང་དོན་ལ་ཁུ་ཆེན་བྱས་ཏེ་  
ཉན་བཤད་གྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་རྣམ་པ་ཤད་སྒྲོབ་མའི་རེ་བ་ཀུན་སྒྲོང་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ནི། །གཞུང་འདི་ལ་རྒྱ་གར་བའི་འགྲེལ་བ་མི་སྣ་དཔང་འདི་གང་ལས་གཙོ་ཆེར་  
བརྟམ་པའི་རྒྱ་དང་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་དང་རྗེ་རྗེ་མེད་བ་དང་རྗེ་རྗེ་སྤྱིང་པོ་རྒྱུན་གྱི་  
རྒྱ་དང་རྒྱ་འབྲུལ་བྲ་བ་དང་སྤྱི་བྱ་ཁྲ་དང་རྗེ་རྗེ་གྱུར་དང་། །རྗེ་རྗེ་མཁན་འགྲོ་དང་  
དཔལ་མཆོག་དང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་། །སྒྲགས་གྱི་བསྟན་བཅོས་གཞན་  
རྣམས་ལའང་བརྟེན་ནས། །བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པའི་

དོན་གཉེར་ཅན་མང་པོ་དང་འདི་གཉིས་མགོན་པོ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ་དཔལ་འབྱི་གྲུང་པ་ཞེས་  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གདུང་རྒྱུད་དུ་འཁྲུངས་ནས་འགྲོ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་འབྲེན་པར་  
གྲུང་པ་གྱུ་ཕྱི་ཆེན་པོ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་པོ་བ་དང་། རིག་པ་འཛིན་པའི་སྡེ་སྡོད་ལ་སྦྱངས་  
པའི་དོན་རྗེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་སྐུ་མ་ཆོས་སྒྲོ་བ་བཟུ་ཤེས་རིན་ཆེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
བསྐྱེད་ཞིང་། དུས་ཤིས་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གཏན་རྣམས་  
མཁུན་ནས་གཅིག་ཏུ་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གཅེས་སྤྲུལ་སུ་མཛད་པའི་གནས་བརྟན་  
མཁས་པ་ཆེན་པོ་སྐྱབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་པོའི་གསུང་གིས་ཉེ་བར་བསྐྱེད་པའི་  
དོན་དུ། དགེ་སློང་དོན་རྗེ་འཛིན་པ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་ཀྱིས་བྱང་ར་སྤྱིང་རྒྱལ་  
པའི་དཔེན་གནས་ཀྱི་ཡང་དགོན་གྲག་སེང་གའི་ཞོལ་དུ་སྦྱར་བའི་ཡི་གེ་བཞི། བར་  
རིག་པ་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་གཏན་ཆིགས་རིག་པའི་ཚུལ་ལ་སྒྲོ་བས་བ་དགེ་བ་ཅན་  
སྒྲོམ་བཙོན་དར་མ་རིན་ཆེན་ལོ། །

འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག། །།ཐེག་པ་  
གསར་པའི་སྦྱིད་ཆལ་དུ། རིམ་གཉིས་དགའ་སྟོན་དོན་གཉེར་བ། དད་པའི་ལང་ཆོ་  
གཡོ་བ་ཅན། རིག་པ་འཛིན་རྒྱལ་པའི་སྦུ་གྲུ་ལ། མཛད་འདོད་བསྐྱབ་པའི་དོ་ཤལ་  
དང་། དམ་ཆིག་ཞོར་བྱའི་རྣ་ལུང་རྣམས། རྒྱུད་གཞུང་གསར་པའི་མཛོད་བྱེ་  
ནས། མ་ཞོལ་མ་མས་བཅེ་བས་བྱིན། དུས་ཀྱིས་ངེ་མའི་སྟོན་ཆགས་ཏེ། བཅས་  
མཆོམས་གཟུགས་བརྟན་མི་གསལ་བ། རྒྱུ་བཟང་མཁུན་བཅེའི་འོད་སྟོང་  
འབར། གྲགས་པ་རྒྱ་ལྷར་རྒྱས་པ་དེས། གསལ་མཛད་ཞོར་བྱའི་སྤང་བ་འདི། རིག་  
བྱེད་མཁས་པའི་མཐར་སོན་པའི། ཐོག་མའི་བྱེ་མཆོག་སྐྱབ་པ་ཡིས། ཡི་གའི་

གཟུགས་བརྟན་མི་ཟད་པ། །གསར་དུ་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་འོད། །ཁམས་གསུམ་  
ར་བ་ལས་འགོངས་ཏེ། །དཔལ་ལྷན་ཐཱ་མ་ཆོས་རྩེ་དེའི། །བཞེད་དགོངས་སྒྲིང་པོ་  
མཐར་ཐྱིན་ནས། །ཐིན་ལས་བ་དན་གཡོ་བ་ཅན། །སྲིད་གསུམ་ཀུན་ལ་འབྱུང་བྱུང་  
ཅིག། །

ཨོ་སྤ་སྟེ། གང་གི་རིན་གྱིས་སྐྱུ་གསུམ་གོ་འཕང་མཆོག །ཡུད་གྱིས་སྟོལ་  
མཛད་དོན་རྩོལ་དཔོན་ཆེ། །བསྟེན་ཚུལ་རྣམ་པ་གདམས་ཐའི་མཆར་མདྲ་བྱུང་འདི། །བཟ་  
ཤེས་ལྟན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཆོས་བྲུ་ཆེད། བར་དུ་བསྐྱུབས་པའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་  
མཐུས། །ཡིད་ཅན་ཀུན་གྱིས་གསུམ་ལྷན་དོན་རྩེ་འཛིན། །དངོས་བྱུང་ཀུན་གྱི་ཅ་བར་  
ལེགས་གོ་ནས། །བསམ་སྐྱོར་དག་པས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་དང་། །ཉེས་ལྟངས་  
མོས་ནས་ཡང་མི་གོས་ཤིང་། །རིམ་གཉིས་ཟབ་མོའི་ལམ་གྱི་མཐར་མོན་ནས། །སྐྱོན་  
བྲལ་ཡོན་ཏན་ཀུན་དང་ལྷན་པ་ཡི། །དོན་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག། །མཛྲ་  
ལྟ།

པར་བྱང་སྒོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་བྱ།  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་།  
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི།  
དེ་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།

དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཀླུ་དཀར་ཕུང་པོའི་མ་ཐུས།  
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་ལྷོ་མོ་སྟེང་ཐག་བརྒྱ།  
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འབྲེ་བ་མ་ཐུས་པ།  
ངེས་ལེགས་མོར་བྱའི་མཛོད་ལ་དབང་འཕྱར་ཤིག།

ཅེས་པར་མ་གྲིང་ཡང་ས་པའི་ཁྱོད་ལ་པཌ་མེད་ཞི་བའི་ལས་སྟོན་ནམ་པའི་བླ་མ་ལྟ་སྟེ་འོ་འོ་  
ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་པའི་ལུགས་ལེགས་ཆོགས་ཏུ་མའི་ཆེད་ཏུ་དམིགས། བད་  
བསྟན་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་མེད་ཀྱི་གསུང་དབང་གསུང་ཏུ་བསྟན་དང་བསྟན་པའུར་གང་ལའང་སྟར་  
ཆོག་པའི་དགེ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་བླ་མའི་དགེ་སྟོན་ཆོས་སྒྲ་བ་དག་དབང་སྟེ་པམང་བསྟན་འཛིན་  
རྒྱ་མཆོས་སྟར་བཤོ།

༡༡། རམ་མཐུག་དུས་ཀྱི། ཡའི་ཀུན་ལྷན་སྒྲིལ་བུ། ཡོད་པའི་སྐབས།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་པོའི་ཡུག་གི་ཉི་མ་པ་མི་འབྱུང་  
བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་ཡུད་ལས་གསུངས་སོ། །